



Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №3 г.Алатырь
 ЧР Елханова Е.А.

Утверждаю
 Директор ООО Надежда
 Любавин Н.П.

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"

"05" сентября 2024 г.



№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Эн. цен.	Цен.	
	Завтрак						
	Масло сливочное порциями	0,08	12,37	0,08	112,5	8,09	10
173	Каша гречневая молочная с маслом (греча,молоко,сахар, соль,масло слив.)	7,73	9,65	30	248,12	20,56	200/5
693	Чай с молоком	1,6	1,65	17,36	86	6,88	200
4	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	4,47	40
	Итого:	13,21	24,07	71,74	565,62	40	
	Обед						
	Помидоры свежие порциями	0,48	0,12	3,12	12	12,93	100
124	Щи из свежей капусты (капуста,карт,лук,м.с.,морковь, специи,)	1,46	4,75	6,22	79	18,98	6/250
451	Плов из птицы (филе куриное,рис,лук репчатый,томат паста, морковь)	20,27	6,74	28,08	256	47,05	200
385	Компот из с/фруктов	0,16	0,16	27,87	109	5,98	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,06	60
	Итого:	51,53	48,14	209,29	1600,7	90,00	

Калькулятор: _____