

Согласовано  
Директор МБОУ "СОШ №7" г.Алатырь ЧР  
Кольдина Л.Н.

Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Большакова Л.В.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

7-11 лет

"13" сентября 2024 г.



№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	<b>Завтрак</b>						
173	Каша гречневая молочная с маслом (греча,молоко,сахар, соль,масло слив.)	7	9,2	27	224	17,91	180/5
692	Кофейный напиток с молоком	3,58	2,68	28,34	152	11,19	200
4	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	4,47	40
	Десерт	9	24	21	216	6,43	50
	<b>Итого:</b>	<b>22,62</b>	<b>36,22</b>	<b>95,78</b>	<b>688</b>	<b>40</b>	
	<b>Обед</b>						
	Огурцы свежие порциями	0,48	0,12	3,12	12	6,36	60
132	Рассольник ленинградский (карт,перловка,лук,м.с., специи)	1,88	5,1	13,92	113	12,55	200
451	Фрикадельки с/с (говядина,лук репчатый,масло раст.,хлеб пшеничный)	8,56	14,11	9,07	197	35,09	50/30
	Макароны отванные с/м	5,32	4,89	35,52	211	9,09	150
385	Компот из с/фруктов	0,16	0,16	27,87	109	4,85	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,06	60
	<b>Итого:</b>	<b>19,22</b>	<b>24,98</b>	<b>90,1</b>	<b>768</b>	<b>73,00</b>	
	<b>Полдник</b>						
	Колбаса в тесте	2,38	9,68	18,64	180	15	50
	Сок фруктовый	2,25	0,15	31,5	74	15	200
	<b>Итого:</b>	<b>4,63</b>	<b>9,83</b>	<b>50,14</b>	<b>254</b>	<b>30</b>	

Л.В.