

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

Утверждаю
ООО "Надежда"
Любавин Н.П.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"



с 12 лет

"02" октября 2024 г.

| № реце | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углев о ды | Эн. цен. | Цена | Выход |
|-----------|--|--------------|--------------|---------------|---------------|-----------|------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| | Каша молочная рисовая с/м | 22,,08 | 15,42 | 26,55 | 244 | 19,84 | 200/5 |
| 692 | Кофейный напиток с молоком | 3,58 | 2,68 | 28,34 | 152 | 11,19 | 200 |
| | Хлеб пшеничный | 2,8 | 0,4 | 24,3 | 119 | 2,13 | 20 |
| | Будербод с повидлом | 1,2 | 4,3 | 22 | 132 | 6,84 | 40 |
| | Итого: | 6,38 | 18,5 | 79,19 | 515 | 40 | |
| | Обед | | | | | | |
| | | | | | | | |
| 43 | Салат из квашеной капусты (капуста, морковь, масло раст., соль) | 1,09 | 3,56 | 6,59 | 63,61 | 6,19 | 100 |
| 132 | Рассольник ленинградский (кар т, рис, лук, м.с., специи) | 1,88 | 5,1 | 13,92 | 113 | 19,41 | 5/250 |
| | Котлеты, биточки из минтая | 13,81 | 5,76 | 2,73 | 139 | 27,64 | 100(60/40) |
| 520 | Картофельное пюре с/м | 3,87 | 3,22 | 5,56 | 22 | 25,45 | 180 |
| 639 | Компот из с/фруктов | 0,36 | 0 | 33,16 | 128 | 6,25 | 200 |
| 4 | Хлеб ржано- пшеничный | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 5,06 | 60 |
| | | | | | | | |
| | Итого: | 23,83 | 18,24 | 62,56 | 591,61 | 90 | |

Калькулятор: _____