

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

Утверждаю  
 ООО "Надежда"  
 Любавин Н.П.

**МЕНЮ**

**МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"**

**"07" октября 2024 г.**

**с 12 лет**



№ реце	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	<b>Завтрак</b>						
97	Сыр порциями	4,6	5,8	0	72	10,75	16
302	Каша молочная пшенная с/м	20,49	10,15	23,36	272,73	17,9	205
297	Чай с молоком	1,69	1,65	17,36	86	6,88	200
	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	4,47	40
	<b>Итого:</b>	<b>29,82</b>	<b>17,94</b>	<b>60,16</b>	<b>526,73</b>	<b>40</b>	
	<b>Обед</b>						
16	Дополнительно св. огурец	0,79	10,07	3,02	105	7,56	100
139	Суп карт с бобовыми с/м (карт, лук, м.с., горох, морковь, специи)	5,89	4,65	19,98	147	18,42	10/250
505	Гуляш из филе кур (филе куриное, специи, м. растит)	7,28	16,14	4,08	192	40,06	100(60/4
516	Макароньы отварные с/м	6,38	5,87	42,62	253	12,16	180
	Чай с фруктовым соком	1,4	0,2	26,4	120	6,74	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,06	60
	<b>Итого:</b>	<b>24,56</b>	<b>37,53</b>	<b>96,7</b>	<b>943</b>	<b>90</b>	

Калькулятор: \_\_\_\_\_