

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

"08" октября 2024 г.



№ реце	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
2	Будерброд с повидлом	1,2	4,3	22	132	5,64	40
302	Каша молочная овсяная с/м (овсяные хлопья,молоко,сахар,соль,масло слив.)	7,4	13,95	31,96	284	17,42	200/5
686	Чай с лимоном	0,26	0,06	15,22	59	4,65	200
	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	5,58	50
	Десерт	0,48	0,18	4,86	24	6,71	30
	<b>Итого:</b>	<b>12,38</b>	<b>18,83</b>	<b>93,48</b>	<b>595</b>	<b>40</b>	
	Помидоры свежие порциями	0,8	0,2	5,21	20,04	15,09	100
110	Борщ из свежей капусты и картофеля со сметаной (карт,капуста,лук,м.р.,спец,)	1,8	6,2	9	107	19,2	250
498	Котлеты рубленные из филе птицы (филе птицы,лук репчатый,масло раст.,хлеб	13,09	9,3	13,35	191	28,17	100(60/40)
511	Рис отварной с/м (рис, соль,масло слив.)	4,58	7,33	46,33	275	16,5	180
639	Компот из сухофруктов	0,44	0	28,88	116	5,98	200
	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	5,06	60
	<b>Итого:</b>	<b>23,53</b>	<b>23,63</b>	<b>103,37</b>	<b>835,04</b>	<b>90,00</b>	

Калькулятор: \_\_\_\_\_