

Согласовано  
Директор МБОУ "СОШ №11" г. Алатырь ЧР  
Михалева С.И.

Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Подлесных С.И.

### МЕНЮ С 12 ЛЕТ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №11"  
С 12 ЛЕТ на «05» ноября 2024 г.

| № рецептуры | Наименование блюда   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Эн. цен.     | Цена         | Выход  |
|-------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------|
|             | <b>Завтрак</b>   |              |              |              |              |              |        |
| 366         | Запеканка из творога со сг. молоком                                  | 17,48        | 6,8          | 28,28        | 248,2        | 35,15        | 15/100 |
| 389         | Компот из свежих плодов  | 0,2          | 0,05         | 15,01        | 57           | 4,85         | 200    |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>17,68</b> | <b>6,85</b>  | <b>43,29</b> | <b>305,2</b> | <b>40</b>    |        |
|             |  |              |              |              |              |              |        |
| 71          | Винегрет<br>(свекла, морковь, масло раст., капуста соль)             | 0,76         | 9,04         | 4,59         | 103          | 5,78         | 100    |
| 110         | Борщ из свежей капусты и картофеля (карт, капуста, лук, м.р., спец.) | 1,47         | 4,07         | 7,31         | 89           | 19,2         | 250    |
| 451         | Тефтели с/с (говядина, лук репчатый, масло раст., рис)               | 8,56         | 14,11        | 9,07         | 197          | 40,3         | 60/40  |
| 173         | Каша гречневая с/м (греча, соль, масло слив.)                        | 8,76         | 6,62         | 43,08        | 271          | 14,81        | 180    |
| 685         | Чай с сахаром с лимоном  | 0,44         | 0            | 28,88        | 116          | 4,85         | 200    |
| 4           | Хлеб ржано- пшеничный  | 2,82         | 0,6          | 0,6          | 126          | 5,06         | 60     |
|             | <b>Итого:</b>  | <b>22,81</b> | <b>34,44</b> | <b>93,53</b> | <b>902</b>   | <b>90,00</b> |        |
|             |  |              |              |              |              |              |        |
|             |  |              |              |              |              |              |        |
|             |  |              |              |              |              |              |        |
|             |  |              |              |              |              |              |        |