Согласовано
ДиректорМБОУ"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 «15» ноября 2024 г.

рием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173*	Каша молочная гречневая с маслом	230	20,56	248	7	9	27
	гор.напиток	692*	Кофейный напиток с молоком	200	11,19	152	3	4	29
	хлеб	4	Пшеничный	50	5,58	119	3	0	19
	Десерт		Десерт	20	2,67	316	9	24	21
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Огурцы свежие порциями	100	9,88	114	0	0	3
	1 блюдо	132*	Рассольник ленинградский со сметаной	255	19,41	135	2	5	14
	2 блюдо	471*	Фрикадельки с соусом	100	38,64	168	9	9	8
	гарнир	516*	Макароны отварные	180	12,16	170	5	5	36
	сладкое	631*	Компот из с/фруктов	200	4,85	109	0	0	28
	хлеб бел.		Пшеничный	30	3,16	96	0	0	17
	хлеб черн.		Ржаной	30	1,90	63	1	0	0