

Согласовано
 Директор МБОУ "СОШ №7" г. Алатырь ЧР
 Кольдина Л.Н.

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Большакова Л.В.

МЕНЮ



МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"

с 12 лет "20" ноября 2024 г.

№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
Завтрак							
	Каша молочная рисовая с/м						200/5
692	Кофейный напиток с молоком	22,08	15,42	26,55	244	19,84	200
	Хлеб пшеничный	3,58	2,68	28,34	152	11,19	20
	Будербод с повидлом	2,8	0,4	24,3	119	2,13	40
	Итого:	1,2	4,3	22	132	6,84	
	Обед						
		6,38	18,5	79,19	515	40	
43	Салат из квашеной капусты	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	255
	Котлеты,биточки из минтая (минтай,молоко,лук репчатый,соль)	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: _____