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 «05» декабря 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302*	Каша молочная гречневая с маслом	230	17,91	224	7	9	27
	гор.напиток	297*	Чай с молоком	200	6,88	86	2	2	17
	хлеб		Пшеничный	50	4,47	96	3	0	19
		97*	Масло сливочное	20	10,74	175	0	8	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Помидоры свежие порциями	100	12,93	12	0	0	3
	1 блюдо	124*	Щи из св капусты и картофеля	255	18,98	213	2	5	14
	2 блюдо	492*	Плов из птицы	200	47,05	256	20	7	28
	гарнир								
	сладкое	631*	Компот из свежих плодов	200	5,98	109	0	0	28
	хлеб бел.		Пшеничный	30	3,16	96	0	0	17
	хлеб черн.		Ржаной	30	1,90	63	1	0	0