

Согласовано
Директор МБОУ "СОШ №3" г. Алатырь ЧР
Елханова Е.А.

Утверждаю
ООО "Надежда"
Любавин Н.П.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"

"03" декабря 2024 г.

с 12 лет



| № реце | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углев о ды | Эн. цен. | Цена | Выход |
|-----------|--|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 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 |
| | Итого: | 17,68 | 6,85 | 43,29 | 305,2 | 40 | |
| 71 | Винегрет (свекла, морковь, | 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 | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 | 4,85 | 200 |
| 4 | Хлеб ржано- пшеничный | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 5,06 | 60 |
| | Итого: | 22,81 | 34,44 | 93,53 | 902 | 90,00 | |

Калькулятор: _____