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 «17» декабря 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	366	Запеканка из творога со сгущен молоком	200	21,14	248	17	7	28
	гор.напиток	685	Компот из свежих плодов	200	6,16	57	0	0	15
	хлеб	97*	Пшеничный с маслом сливочным	100	12,70	208	3	12	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71*	Винегрет овощной	100	5,78	103	0	9	5
	1 блюдо	110*	Борщ с капустой и картофелем	250	19,20	89	1	5	7
	2 блюдо	462*	Тефтели рубленые с соусом	105	40,30	197	9	14	9
	гарнир	508*	Каша гречневая рассыпчатая	180	14,81	271	9	7	43
	сладкое	685	Чай с сахаром	200	4,85	57	0	0	15
	хлеб бел.		Пшеничный	30	3,16	96	0	0	17
	хлеб черн.		Ржаной	30	1,90	63	1	0	0