

Согласовано  
Директор МБОУ "СОШ №3" г. Алатырь ЧР  
Клементьева М.В.

Утверждаю  
ООО "Надежда"  
Любазин Н.П.

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"

с 12 лет

"13 февраля 2024 г.



| №<br>реце | Наименование блюда  | Белки        | Жиры         | Углев<br>о ды | Эн.<br>цен.   | Цена         | Выход      |
|-----------|---|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| 2         | Будерброд с повидлом  | 1,2          | 4,3          | 22            | 132           | 5,64         | 40         |
| 302       | Каша молочная овсяная с/м<br>(овсяные хлопья, молоко, сахар, соль, масло<br>слив.)  | 7,4          | 13,95        | 31,96         | 284           | 17,42        | 200/5      |
| 686       | Чай с лимоном   | 0,26         | 0,06         | 15,22         | 59            | 4,65         | 200        |
|           | Хлеб пшеничный  | 3,04         | 0,34         | 19,44         | 96            | 5,58         | 50         |
|           | Десерт  | 0,48         | 0,18         | 4,86          | 24            | 6,71         | 30         |
|           | <b>Итого:</b>   | <b>12,38</b> | <b>18,83</b> | <b>93,48</b>  | <b>595</b>    | <b>40</b>    |            |
|           | Помидоры свежие порциями  | 0,8          | 0,2          | 5,21          | 20,04         | 6,56         | 100        |
| 110       | Борщ из свежей капусты и картофеля<br>со сметаной (карт, капуста, лук, м.р., спец,) | 1,8          | 6,2          | 9             | 107           | 13,82        | 250        |
| 498       | Котлеты рубленные из филе птицы<br>(филе птицы, лук репчатый, масло раст., хлеб)    | 13,09        | 9,3          | 13,35         | 191           | 31,32        | 100(60/40) |
| 511       | Рис отварной с/м (рис,<br>соль, масло слив.)  | 4,58         | 7,33         | 46,33         | 275           | 16,68        | 180        |
| 639       | Компот из сухофруктов   | 0,44         | 0            | 28,88         | 116           | 6,25         | 200        |
|           | Хлеб ржано- пшеничный   | 2,82         | 0,6          | 0,6           | 126           | 5,37         | 60         |
|           | <b>Итого:</b>   | <b>23,53</b> | <b>23,63</b> | <b>103,37</b> | <b>835,04</b> | <b>80,00</b> |            |

Калькулятор: \_\_\_\_\_