

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

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 _____ Большакова Л.В.
 Вячеславна

МЕНЮ

МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №7"



с 12 лет

"13" января 2025 г.

№ рец	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
97	Масло сливочное	0,08	12,37	0,08	112,5	11,86	14
173	Каша пшенная с маслом	20,49	10,15	23,36	272,73	17,9	205
376	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,3	119	5,59	50
648	Чай с лимоном	0,26	0,06	15,22	59	4,65	200
	Итого:	24,55	22,98	62,96	563,23	40	
	Обед						
	Огурцы свежие порциями	0,8	0,2	5,21	20,04	18,56	100
139	Суп карт с бобовыми (карт, лук, м.с., горох, морковь, специи)	5,89	4,65	19,98	147	18,42	250
493	Птица тушенная в сметанном соусе (птица, сметана, лук репч., м.р.)	13,88	17,78	4,5	199	47,06	10/100
516	Макаронь отварные с/м	6,38	5,87	42,62	253	14,16	180
	Чай с фруктовьм соком	0,34	0,02	24,53	95	6,74	200
4	Хлеб ржано- пшеничньй	2,82	0,6	0,6	126	5,06	60
	Итого:	30,11	29,12	97,44	840,04	110	
	Ужин						

Калькулятор: _____