

Согласовано
Директор МБОУ "Гимназия №6" АМО
г.Алатырь ЧР
Королева И.Н.

Утверждаю
ООО "Надежда"
Лобавин Н.П.

МЕНЮ

МБОУ "Гимназия №6"

с 12 лет

"10" сентября 2026 г.



№ реце	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углев о ды	Эн. цен.	Цена	Выход
	Завтрак						
173	Блины со сгущенным молоком	7	9,2	27	224	26,7	160
692	Чай с сахаром с лимоном	3,58	2,68	28,34	152	6,87	200
4	Хлеб пшеничный	3,04	0,34	19,44	96	4,47	40
	Фрукт	9	24	21	216	21,96	50
	Итого:	22,62	36,22	95,78	688	60	
	Обед						
	Свежая помидора	0,48	0,12	3,12	12	16,3	60
132	Борщ из свежей капусты и картофеля (карт, капуста, лук, м.с.,)	1,88	5,1	13,92	113	29,5	205
451	Фрикадельки с/с (говядина, лук репчатый, масло раст., хлеб пшеничный)	8,56	14,11	9,07	197	63,09	60/40
	Макароны отварные с/м	5,32	4,89	35,52	211	18,36	150
385	Компот из с/фруктов	0,16	0,16	27,87	109	6,25	200
4	Хлеб ржано- пшеничный	2,82	0,6	0,6	126	6,5	60
	Итого:	19,22	24,98	90,1	768	140,00	

Калькулятор: