



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

20 сентября 2022г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

	Выход 1 порции гр, шт, мл	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценность (ккал)
Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	250/10	6,6	11	28,8	229
Винегрет овощной	100	1,35	6,16	7,69	91,60
Компот из сухофруктов	200	0,702	0,054	20,104	84,75
Банан	185	3,9	7,5	3,9	69,15
Хлеб пшеничный	80	0,4	0	11,3	46

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

