



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

11 октября 2022г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

	Выход 1 порции гр, шт, мл	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценность (ккал)
Гуляш с птицей	100	12,06	10,60	3,36	160,37
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,46	9,50	36,10	256,50
Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	20,10	84,75
Фрукты	150	0,50	0,50	16,00	33,00
Хлеб пшеничный	80	0,40	0,00	11,30	58,50

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

