



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

18 октября 2022г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рецеп		Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценность (ккал)
96	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	250	28,64	6,6	11	28,8	229
67	Винегрет овощной	100	13,17	1,35	6,16	7,69	91,60
349	Компот из сухофруктов	200	4,13	0,702	0,054	20,104	84,75
Пр	Фрукты	120	39,47	3,9	7,5	3,9	69,15
Пр	Хлеб пшеничный	80	2,11	0,4	0	11,3	46

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

