



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

09 ноября 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)
259	Жаркое по-домашнему	200	34,33	14,61	16,53	15,15	269,71
282	Какао с молоком	200	7,69	3,88	3,10	10,20	85,51
Пр	Овощи свежие в нарезке	80	20,39	1,00	0,40	2,30	21,00
Пр	Яйцо варенная	1/40	7,89	5,1	4,6	0,3	63,00
Пр	Печенье	50	8,33	4,60	5,73	16,45	103,50
Пр	Хлеб пшеничный	80	2,11	0,40	0,00	11,30	46,00

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

