



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

23 декабря 2022г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рец	Блюдо	Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценность (ккал)
279	Тефтели мясные с рисом	80	34,04	12,44	9,24	12,56	183,00
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	11,39	6,46	9,50	36,10	202,50
376	Чай с молоком	200	5,23	0,4	0,3	0,5	6,10
Пр	Фрукты	150	32,41	0,8	0,8	19,6	94,00
Пр	Хлеб пшеничный	50	2,18	0,40	0,00	11,30	46,00
Итого		660	85,25	20,50	19,84	80,06	531,60

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

