



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

17 января 2023г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рецеп	Блюдо	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	33,68	6,6	11	28,8	229
67	Винегрет овощной	100	18,17	1,35	6,16	7,69	91,60
349	Компот из сухофруктов	200	4,60	0,702	0,054	20,104	84,75
Пр	Фрукты	150	26,62	3,9	7,5	3,9	69,15
Пр	Хлеб пшеничный	50	2,18	0,4	0	11,3	46
Итого		750	85,25	12,95	24,71	71,79	520,50

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

