



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

20 января 2023г

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	38,32	12,44	9,24	12,56	183,00
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	11,29	6,46	9,50	36,10	202,50
376	Чай с молоком	200	6,09	0,4	0,3	0,5	6,10
Пр	Фрукты	100	24,37	3,9	7,50	3,90	69,15
Пр	Хлеб пшеничный	50	2,18	0,40	0,00	11,30	46,00

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

