



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

09 февраля 2023г

### ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

| №<br>реп | Блюдо                            | Выход 1<br>порции<br>гр, шт, мл | Цена<br>руб | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г. |             |                 |                       |
|----------|----------------------------------|---------------------------------|-------------|----------------------|-------------|-----------------|-----------------------|
|          |                                  |                                 |             | Белки<br>(г)         | Жиры<br>(г) | Углеводы<br>(г) | Эн.ценность<br>(ккал) |
| 229      | Рыба тушеная в<br>томатном соусе | 100                             | 46,31       | 13,87                | 7,85        | 6,53            | 150,00                |
| 305      | Рис отварной                     | 150                             | 12,51       | 2,40                 | 2,88        | 25,02           | 162,50                |
| 516      | Кисель                           | 200                             | 6,09        | 0                    | 0           | 26,00           | 106,00                |
| Пр       | Чокопай                          | 1/28                            | 18,00       | 1,12                 | 5,04        | 18,20           | 122,64                |
| Пр       | Хлеб пшеничный                   | 50                              | 2,34        | 0,40                 | 0,00        | 11,30           | 58,50                 |
| Итого    |                                  | 528                             | 85,25       | 17,79                | 15,77       | 87,05           | 599,64                |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**



