



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

01 марта 2023г

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	29,10	14,61	16,53	15,15	269,71
282	Какао с молоком	200	7,92	3,88	3,10	10,20	85,51
71	Овощи свежие в нарезке	50	19,33	0,44	0,17	1,01	9,24
15	Сыр	20	16,34	4,10	4,70	0,50	60,70
Пр	Печенье	50	10,22	4,60	5,73	16,73	103,50
Пр	Хлеб пшеничный	50	2,34	0,40	0,00	11,30	46,00
Итого		570	85,25	28,03	30,23	54,89	574,66

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

