



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

06 апреля 2023г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рецеп	Наименование блюда	Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	17,39	3	5,7	23,7	158,3
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке	80	36,31	10,5	6	2,5	126,3
54-2с-2020	Соус красный основной	50	3,72	1,65	1,35	4,55	36,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	2,57	0,2	0	6,4	26,4
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	19,08	96,41
пром	Яблоко	150	22,92	0,6	0,6	13,35	61,35
Итого		680	85,25	19,78	14,15	69,58	505,56

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

