



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

07 апреля 2023г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	22,53	10,2	9,4	40,8	288,4
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	19,08	96,41
54-25гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	10,81	3,1	4,7	22,7	145,6
56-6о-2020	Яйцо вареное	44	9,54	4,78	4,05	0,25	56,6
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	15,03	0,3	0	2,3	10,5
пром	Шок.батончик Милки Вэй	26	25	0,68	4,37	18,82	117,78
Итого		554	85,25	22,89	23,02	103,95	715,29

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

