



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

18 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)
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	100	43,86	10,5	10	7,83	163,32
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	19,34	3	5,7	23,7	158,3
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	19,08	96,41
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	5,46	0,6	0	22,7	93,2
пром	Вафли	50	14,25	1	0	8	36
Итого		550	85,25	18,93	16,2	73,31	547,23

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

