



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

21 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	19,75	6,2	5,4	24,8	172,6
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	19,08	96,41
54-25гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	10,91	3,1	4,7	12,7	105,6
56-6о-2020	Яйцо вареное	44	9,54	4,78	4,05	2,6	56,6
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	15,71	0,5	0	1,6	8,4
пром	Шок.батончик Милки Вэй	26	27	0,68	4,37	18,82	117,78
Итого		554	85,25	19,09	19,02	79,6	557,39

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

