



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

28 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)
260	Гуляш с мясом птицы	100	29,81	8,06	10,6	3,36	141,08
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,21	6,2	6,5	22,8	174,5
516	Кисель	200	6,45	0	0	26	104
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	19,08	96,14
пром	Яблоко	170	35,44	0,68	0,68	8,9	140,58
Итого		650	85,25	18,77	18,28	80,14	656,3

Дополнительное меню для детей с ОВЗ

№ рецепт		Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
Пром	Фрукты	80	20,74	0,66	0	7,52	32,74

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

