



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

05 май 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)
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	19,42	6,2	5,4	24,8	172,6
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	19,08	96,41
пром	Сок фруктовый	200	21,04	5,8	5	8	106
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	15,45	0,5	0	1,6	8,4
пром	Шок.батончик Милки Вэй	26	27	0,68	5,37	18,82	117,78
Итого		536	85,25	17,01	16,27	72,30	501,19

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

