



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

08 сентября 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	25,06	8,2	8,4	37,8	259,6
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	17,08	88,14
54-25гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	10,87	2,6	3,3	10,4	81,7
56-6о-2020	Яйцо вареное	44	10,35	3,53	3,05	0,25	42,77
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	7,63	0,3	0	2,3	10,5
пром	Шок.батончик Милки Вэй	26	29	0,68	4,07	14,82	101,33
Итого			85,25	19,19	19,32	82,65	584,04

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

