



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

11 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)
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	100	36,13	10	10	7,83	176,83
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	15,66	3	5,7	23,7	158,3
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	17,08	88,14
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	5,65	0,6	0	22,7	93,2
пром	Кондитерские изделия	50	15,75	1	0	8	126
54-2з-2020	Помидор в нарезке	60	9,72	0,3	0	2,3	10,5
Итого		610	85,25	18,73	16,2	81,61	652,97

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

