



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

12 сентября 2023г

### ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

| № рецепт     | Наименование блюда     | Выход<br>1<br>порции<br>гр, шт,<br>мл | Цена<br>руб  | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г. |              |                 |                   |
|--------------|------------------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|-----------------|-------------------|
|              |                        |                                       |              | Белки<br>(г)         | Жиры<br>(г)  | Углеводы<br>(г) | Эн.ценн<br>(ккал) |
| 113,114      | Суп-лапша по домашнему | 250                                   | 28,70        | 2,27                 | 3,99         | 12,6            | 191,57            |
| пром         | Сок фруктовый          | 200                                   | 20,44        | 5,8                  | 5            | 8               | 106               |
| пром         | Хлеб                   | 50                                    | 2,41         | 3,83                 | 0,5          | 19,08           | 96,41             |
| пром         | Мандарин               | 150                                   | 33,70        | 0,68                 | 0,68         | 10,9            | 106,21            |
| <b>Итого</b> |                        | <b>650</b>                            | <b>85,25</b> | <b>15,58</b>         | <b>16,17</b> | <b>67,58</b>    | <b>530,19</b>     |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

