



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

13 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)
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	49,63	13	12,4	17,43	268,51
пром	Хлеб	50	2,41	3,83	0,5	19,08	96,41
54-2з-2020	Помидор в нарезке	60	9,56	0,5	0	1,6	8,4
пром	Чокопай	28	18	1,12	3,55	13,2	89,23
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	5,65	0,6	0	22,7	93,2
Итого		538	85,25	19,05	16,45	74,01	555,75

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

