



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

14 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)
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами	200	25,22	4,92	3,9	16,36	120,22
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	8,69	3,1	5	15,6	121,1
пром	Хлеб	50	2,41	2,83	2,5	19,08	96,41
54-6о-2020	Яйцо вареное	44	9,56	3,28	2,05	7,25	60,57
54-1з-2020	Сыр в нарезке	20	18,34	3,66	6	0	72,73
пром	Конфеты шоколадные	50	21,03	1	0	9,9	126
Итого		604	85,25	18,79	19,45	68,19	597,03

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

