



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

15 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)
260	Гуляш с мясом птицы	100	39,88	8,06	10,6	3,36	141,08
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,11	6,2	6,5	22,8	174,5
516	Кисель	200	5,76	0	0	26	104
пром	Хлеб	50	2,59	3,83	0,5	17,08	96,14
пром	Яблоко	150	25,91	0,6	0,6	13,35	61,35
Итого		650	85,25	18,69	18,20	82,59	577,07

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

