



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

16 сентября 2023г

### ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

| № рецеп      | 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) |
| 54-8с-2020   | Суп картофельный с<br>горохом | 250                                   | 38,71        | 8,8                  | 8,4          | 23,08           | 176,38            |
| пром         | Хлеб                          | 50                                    | 2,01         | 3,83                 | 0,5          | 17,08           | 88,14             |
| 54-2гн-2020  | Чай черный с сахаром          | 200                                   | 2,89         | 0,2                  | 0            | 6,4             | 26,4              |
| 54-16з-2020  | Винегрет с маслом             | 100                                   | 10,18        | 1,25                 | 5,87         | 7,5             | 114,75            |
| пром         | Пряник                        | 50                                    | 14,12        | 1                    | 2            | 8               | 93                |
| пром         | Яблоко                        | 100                                   | 17,34        | 0,4                  | 0,4          | 8,9             | 40,9              |
| <b>Итого</b> |                               | <b>750</b>                            | <b>85,25</b> | <b>15,48</b>         | <b>17,17</b> | <b>70,96</b>    | <b>539,57</b>     |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

