



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

20 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)
54-4с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	210	23,51	1,99	5,14	13,92	110,27
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	100	44,92	10,33	10,8	18	221,65
54-6гн-2020	Чай с молоком	200	4,04	1,5	1,4	8,6	52,9
пром	Хлеб	50	2,34	3,83	0,5	17,08	88,14
пром	Печенье	50	10,44	0,9	0,2	11,1	126
Итого		610	85,25	19,15	18,04	68,7	598,76

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

