



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

25 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)
54-12м-2020	Плов с курицей	200	35,84	10,05	10,9	34,7	277,1
638	Салат фруктовый	100	31,27	4,1	7,9	16,6	153,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	2,52	0,2	0	6,4	26,4
пром	Хлеб	50	2,61	3,83	0,5	17,08	88,14
пром	Пряник	50	13,01	1	0	8	63
Итого		600	85,25	19,18	19,3	82,78	608,54

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

