



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

29 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)
54-9к-2020	Каша вязкая, молочная овсяная	200	13,50	8,3	12,6	34,8	285,80
пром	Снежок	200	36,83	3,6	4,5	16	118,90
пром	Хлеб	50	2,61	3,83	0,5	17,08	88,14
пром	Яблоко	120	32,31	0,6	0,6	13,35	61,35
Итого		570	85,25	16,33	18,20	81,23	554,19

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

