



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 5 – 11 классов с ОВЗ

29 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) |
| 260          | Гуляш с мясом птицы           | 100                                   |              | 8,06                 | 10,6        | 3,36            | 141,08            |
| 54-4г-2020   | Каша гречневая<br>рассыпчатая | 150                                   |              | 6,2                  | 6,5         | 22,8            | 174,5             |
| 516          | Кисель ягодный                | 200                                   |              | 0                    | 0           | 26              | 104               |
| пром         | Хлеб                          | 50                                    |              | 3,83                 | 0,5         | 19,08           | 96,41             |
| <b>Итого</b> |                               |                                       | <b>64,56</b> |                      |             |                 |                   |

### Полдник ОВЗ

| № рецеп |        | Выход 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) |
| Пром    | Яблоко | 170                                | 20,74       | 0,68                 | 0,68        | 8,9             | 106,21            |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

