



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

10 октября 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)
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	100	42,30	10	10	7,83	176,83
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	18,97	3	5,7	23,7	158,3
пром	Хлеб	50	2,50	3,83	0,5	17,08	88,14
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	5,59	0,6	0	22,7	93,2
пром	Вафли	50	15,89	1	0	8	126
Итого		550	85,25	18,43	16,2	79,28	642,47

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

