



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

20 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)
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	35,62	8,2	8,4	37,8	259,6
пром	Хлеб	50	2,48	3,83	0,5	17,08	88,14
54-25гн-2020	Какао с молоком	200	7,03	2,6	3,3	10,4	81,7
56-6о-2020	Яйцо вареное	44	11,12	3,53	3,05	0,25	42,77
пром	Шок.батончик Милки Вэй	26	29	0,68	4,07	14,82	101,33
Итого		520	85,25	18,84	19,32	80,35	573,54

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

