



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

24 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)
113,114	Суп-лапша по домашнему	250	34,15	5,27	9,99	32,60	221,57
пром	Сок фруктовый	200	20,44	5,8	5	8	106
пром	Хлеб	50	2,60	3,83	0,5	17,08	88,14
пром	Мандарин	150	28,06	0,68	0,68	10,9	106,21
Итого		650	85,25	15,58	16,17	68,58	521,92

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

