



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 5 – 11 классов с ОВЗ

13 октября 2023г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рецеп	Наименование блюда	Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
260	Гуляш с мясом птицы	100		8,06	10,6	3,36	141,08
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,2	6,5	22,8	174,5
54-7гн-2020	Какао с молоком	200		2,6	3,3	10,4	81,7
пром	Хлеб	50		3,83	0,5	19,08	96,41
Итого			64,56				

Полдник ОВЗ

№ рецеп		Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
Пром	Яблоко	170	20,74	0,68	0,68	8,9	106,21

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

