



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

20 ноября 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)
54-9к-2020	Каша вязкая, молочная овсяная	200	15,18	8,3	12,6	36,8	294,2
54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	6,25	0,3	0	6,7	27,6
пром	Хлеб пшеничный	50	2,50	3,83	0,5	17,08	88,14
пром	Банан	150	44,98	1,41	0	15,98	69,58
54-1з-2020	Сыр в нарезке	20	16,34	4,66	6	0	72,73
Итого		620	85,25	18,5	19,1	76,56	552,25

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

