



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

01 февраля 2024г

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)
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами	200	24,26	4,92	6,60	26,20	175,88
пром	Сок фруктовый	200	22	5,8	5	15	128
пром	Хлеб	50	2,74	3,83	0,5	17,08	88,14
54-6о-2020	Яйцо вареное	44	16	3,58	3,05	0,76	42,77
пром	Яблоко	120	28	0,6	0,6	13,15	61,35
Итого		614	93	18,81	15,83	67,94	541

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

