



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

02 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)
260	Гуляш с мясом птицы	100	28,26	5,06	7,6	13,36	142,08
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	11	4,2	4,5	22,8	174,5
54-25гн- 2020	Какао с молоком	200	9	2,6	3,3	10,4	81,7
54-3з-2020	Огурец в нарезке	50	24	0,3	0	2,3	10,5
пром	Конфеты шоколадные	50	18	0,9	0,2	18,1	125,8
пром	Хлеб	50	2,74	3,83	0,5	17,08	88,14
Итого		600	93	18,44	18,2	74,04	581,82

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

