



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

07 февраля 2024г

### ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

| № рецепт    | Наименование блюда                         | Выход<br>1<br>порции<br>гр, шт,<br>мл | Цена<br>руб | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г. |             |                 |                   |
|-------------|--------------------------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|-------------|-----------------|-------------------|
|             |                                            |                                       |             | Белки<br>(г)         | Жиры<br>(г) | Углеводы<br>(г) | Эн.ценн<br>(ккал) |
| 54-4с-2020  | Рассольник<br>Ленинградский со<br>сметаной | 210                                   | 25,20       | 1,99                 | 5,14        | 13,92           | 110,27            |
| 54-2т-2020  | Запеканка из творога с<br>морковью         | 100                                   | 46,66       | 10,33                | 10,8        | 18              | 221,65            |
| 54-6гн-2020 | Чай с молоком                              | 200                                   | 5,96        | 1,5                  | 1,4         | 8,6             | 52,9              |
| пром        | Хлеб                                       | 50                                    | 2,74        | 3,83                 | 0,5         | 17,08           | 88,14             |
| пром        | Печенье                                    | 50                                    | 12,44       | 0,9                  | 0,2         | 11,1            | 126               |
| Итого       |                                            | 610                                   | 93          | 19,15                | 18,04       | 68,7            | 598,76            |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

