



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

16 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	35	4,06	5,6	13,36	120,08
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	11	4,2	4,5	22,8	148,5
54-25гн- 2020	Какао с молоком	200	9	1,6	2,3	10,4	68,7
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	20	17	4,4	6	0	71,6
пром	Конфеты шоколадные	50	18	0,9	0,2	18,1	77,8
пром	Хлеб	50	3	3,83	0,5	17,08	88,14
Итого		570	93	18,99	19,1	81,74	574,82

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

