



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

21 декабря 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)
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами	200	20,91	6,92	8,9	16,36	174,22
56-6о-2020	Яйцо вареное	44	15	2,53	3,05	0,25	42,77
516	Кисель ягодный	200	6,30	0	0	23	104
пром	Хлеб	50	2,74	3,83	0,5	17,08	88,14
пром	Чокопай	28	18	1,42	3,55	13,2	89,23
пром	Яблоко	150	30,05	0,6	0,6	13,15	61,35
Итого		672	93	15,4	16,6	83,04	559,71

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

