



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

30 января 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)
54-9к-2020	Каша вязкая, молочная овсяная	200	13,97	6,3	7,6	27,8	204,8
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	3,57	0,2	0	6,4	26,4
пром	Хлеб пшеничный	50	2,71	3,83	0,5	17,08	88,14
638	Салат фруктовый	100	43,85	4,1	4,9	16,6	126,9
пром	Пряник	50	16,10	1	2	8	52
54-1з-2020	Сыр в нарезке	15	12,8	3,66	4	0	50,73
Итого		615	93	19,09	19	76,56	548,97

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

