



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

29 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)
260	Гуляш с мясом птицы	100	39,64	5,06	7,6	13,36	142,08
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,23	4,2	4,5	22,8	174,5
54-25гн- 2020	Какао с молоком	200	7,03	2,6	3,3	10,4	81,7
пром	Пряник	50	12,62	1	2,22	8	55,98
пром	Вафли	50	18,74	1	0	8	126
пром	Хлеб	50	2,74	3,83	0,5	17,08	88,14
Итого		600	93	17,69	18,12	79,64	668,4

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

