



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 5 – 11 классов с ОВЗ

05 декабря 2023г

### 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) |
| 54-8м+2020   | Тефтели из говядины   | 100                                   |              | 10                   | 10          | 7,83            | 176,83            |
| 54-11г-2020  | Картофельное пюре     | 150                                   |              | 3                    | 5,7         | 23,7            | 158,3             |
| пром         | Хлеб                  | 50                                    |              | 3,83                 | 0,5         | 17,08           | 96,14             |
| 54-7хн-2020  | Компот из сухофруктов | 200                                   |              | 0,6                  | 0           | 22,7            | 93,2              |
| <b>Итого</b> |                       |                                       | <b>64,56</b> |                      |             |                 |                   |

### Полдник ОВЗ

| № рецепт |                    | Выход 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) |
| пром     | Конфеты шоколадные | 50                                 | <b>20,74</b> | 1                    | 0           | 8,9             | 126               |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

