



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 5 – 11 классов с ОВЗ

11 января 2024г

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

№ рецеп	Наименование блюда	Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
54-6г-2020	Рис отварной	150		3,6	6,2	18,1	142,6
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке	100		8,5	8	2,5	116,3
54-2с-2020	Соус красный основной	50		1,65	1,35	4,55	36,8
516	Кисель ягодный	200		0	0	26	104
пром	Хлеб	50		3,83	0,5	17,08	88,14
Итого			85,30				

Полдник ОВЗ

№ рецеп		Выход 1 порции гр, шт, мл	Цена руб	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА, г.			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн.ценн (ккал)
Пром	Фрукты	150	20,74	0,6	0,6	13,35	61,35

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

