



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

20 марта 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)
54-4с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	210	25,20	1,99	5,14	13,92	110,27
54-1т-2020	Запеканка из творога	100	46,66	10,33	10,8	18	221,65
54-6гн-2020	Чай с молоком	200	5,96	1,5	1,4	8,6	52,9
пром	Хлеб	50	2,74	3,83	0,5	17,08	88,14
пром	Печенье	50	12,44	0,9	0,2	11,1	126
Итого		610	93	19,15	18,04	68,7	598,76

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

