



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

22 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)
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	23	8,2	12,3	37,8	298,7
пром	Хлеб	50	3	3,83	0,5	17,08	88,14
54-25гн-2020	Какао с молоком	200	10	2,6	3,3	10,4	81,7
54-6о-2020	Яйцо вареное	44	17	3,03	3,05	0,76	42,77
пром	Яблоко	150	40	1,41	0	15,98	69,58
Итого		644	93	19,07	19,15	82,02	580,89

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

