



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

23 апреля 2024г

### 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<br>паровые | 100                                   | 38          | 10                   | 10          | 7,83            | 176,83            |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре              | 150                                   | 18          | 3                    | 5,7         | 23,7            | 158,3             |
| пром        | Хлеб пшеничный                 | 50                                    | 3           | 3,83                 | 0,5         | 17,08           | 88,14             |
| 54-7хн-2020 | Компот из смеси<br>сухофруктов | 200                                   | 6           | 0,6                  | 0           | 22,7            | 93,2              |
| пром        | Вафли                          | 50                                    | 16          | 1                    | 0           | 8               | 126               |
| 54-2з-2020  | Огурец в нарезке               | 25                                    | 12          | 0,25                 | 0           | 0,8             | 4,2               |
| Итого       |                                | 575                                   | 93          | 18,68                | 16,2        | 80,11           | 646,67            |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

