



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 5– 11 классов с ОВЗ

20 сентября 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) |
| 54-3г-2020  | Макароны отварные с сыром | 200                                   |             | 8,2                  | 8,4         | 37,8            | 259,6             |
| пром        | Хлеб                      | 50                                    |             | 3,83                 | 0,5         | 17,08           | 88,14             |
| 54-7гн-2020 | Какао с молоком           | 200                                   |             | 2,6                  | 3,3         | 10,4            | 81,7              |
| 56-6о-2020  | Яйцо вареное              | 44                                    |             | 3,58                 | 3,05        | 0,25            | 42,77             |
| Итого       |                           |                                       | 64,56       |                      |             |                 |                   |

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     | Шок.батончик Милки Вэй | 26                                 | 20,74       | 0,68                 | 4,37        | 18,82           | 117,78            |

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

