



## Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

### МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

11 октября 2024г

### ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)

| № рецеп          | 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) |
| 260              | Гуляш с мясом птицы           | 100                                   | 39          | 6,06                 | 9,1         | 13,36           | 159,58            |
| 54-4г-2020       | Каша гречневая<br>рассыпчатая | 150                                   | 12          | 4,2                  | 4,5         | 22,8            | 148,5             |
| 54-25гн-<br>2020 | Какао с молоком               | 200                                   | 9           | 1,6                  | 2,3         | 10,4            | 68,7              |
| 54-2з-2020       | Огурец в нарезке              | 25                                    | 12          | 0,25                 | 0           | 0,8             | 4,2               |
| пром             | Конфеты шоколадные            | 50                                    | 18          | 0,9                  | 0,2         | 18,1            | 77,8              |
| пром             | Хлеб                          | 50                                    | 3           | 3,83                 | 0,5         | 17,08           | 88,14             |
| Итого            |                               | 575                                   | 93          | 16,84                | 16,6        | 82,54           | 546,92            |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

