



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

18 октября 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	24	8,2	8,4	37,8	259,6
пром	Хлеб	50	3	3,83	0,5	17,08	88,14
54-6о-2020	Яйцо вареное	44	14	3,58	3,05	0,76	42,77
54-25гн-2020	Какао с молоком	200	10	2,6	3,3	10,4	81,7
54-3з-2020	Помидор в нарезке	25	11	0,15	0	1,15	5,25
пром	Шок.батончик Милки Вэй	26	31	0,68	4,07	14,82	101,33
Итого		545	93	19,04	19,32	82,01	578,79

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

