



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 5 – 11 классов с ОВЗ

24 октября 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) |
| 54-12с-2020 | Суп с рыбными консервами | 200                                   |             | 4,92                 | 3,9         | 17,36           | 124,22            |
| 56-6о-2020  | Яйцо вареное             | 44                                    |             | 3,58                 | 3,05        | 0,25            | 42,77             |
| 516         | Кисель ягодный           | 200                                   |             | 0                    | 0           | 21              | 104               |
| Пром        | Хлеб                     | 50                                    |             | 3,83                 | 2,5         | 19,08           | 96,41             |
| 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     | Яблоко | 100                                | 20,74       | 0,9                  | 0,2         | 18,1            | 125,8             |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

