



**Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ**

**МЕНЮ**

Горячее питание 1 – 4 классов

**21 декабря 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) |
| 54-8с-2020   | Суп картофельный с<br>горохом | 250                                   | 44          | 8,8                  | 8,4         | 23,08           | 176,38            |
| 54-2гн-2020  | Чай с сахаром                 | 200                                   | 7           | 0,2                  | 0           | 6,4             | 26,4              |
| 54-1з-2020   | Сыр в нарезке                 | 20                                    | 20          | 4,66                 | 6           | 0               | 72,73             |
| пром         | Пряник                        | 50                                    | 19          | 1                    | 2           | 8               | 93                |
| пром         | Хлеб                          | 50                                    | 3           | 3,83                 | 0,5         | 17,08           | 88,14             |
| <b>Итого</b> |                               | <b>650</b>                            | <b>93</b>   | <b>18,49</b>         | <b>16,9</b> | <b>71,16</b>    | <b>541,82</b>     |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

