



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

**МЕНЮ**

Горячее питание 5 – 11 классов с ОВЗ

**03 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) |
| 113,114      | Суп-лапша по-домашнему  | 250                                   |              | 2,27                 | 3,99        | 12,6            | 191,57            |
| 54-2гн-2020  | Чай с лимоном и сахаром | 200                                   |              | 0,3                  | 0           | 6,7             | 27,6              |
| пром         | Хлеб                    | 50                                    |              | 3,83                 | 0,5         | 19,08           | 96,41             |
| <b>Итого</b> |                         |                                       | <b>64,56</b> |                      |             |                 |                   |

**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     | Фрукты | 100                                | 20,74       | 0,6                  | 0,6         | 13,35           | 61,35             |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

