



Комплексное меню для МБОУ Кара-Хаакской СОШ

МЕНЮ

Горячее питание 1 – 4 классов

27 января 2025г

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)
54-12м-2020	Плов с курицей	200	53	8,65	10,9	34,7	271,5
пром	Хлеб	50	4	3,83	1,5	17,08	88,14
54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	200	6	0,6	0	22,7	93,2
пром	Печенье	50	14	1	0	8	63
54-6о-2020	Яйцо вареное	44	16	3,58	3,05	0,76	42,77
Итого		525	93	17,66	15,45	83,24	558,61

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

