



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

Горячее питание 5 – 11 классов с ОВЗ  
**04 февраля 2025г**

**ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (БЛЮДА)**

| № рецеп      | 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) |
| 54-8м-2020   | Тефтели из говядины паровые | 100                                   |              | 10                   | 10          | 7,83            | 176,83            |
| 54-11г-2020  | Картофельное пюре           | 150                                   |              | 3                    | 5,7         | 23,7            | 158,3             |
| пром         | Хлеб                        | 50                                    |              | 3,83                 | 0,5         | 17,08           | 96,14             |
| 54-7хн-2020  | Компот из сухофруктов       | 200                                   |              | 0,6                  | 0           | 22,7            | 93,2              |
| <b>Итого</b> |                             |                                       | <b>64,56</b> |                      |             |                 |                   |

**Полдник ОВЗ**

| № рецеп |                    | 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    | Конфеты шоколадные | 50                                 | <b>20,74</b> | 1                    | 0           | 8               | 126               |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

