

Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 09.01.2024**СЕЗОН - ЗИМА**

в МОБУ СОШ №19 г. Сочи

" 06 " 03 " 2024" г.

День 7

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		
Обед							
133,09	Суп картофельный с сырными крутонами 200/15 (картофель, батон пшеничный, лук репчатый, морковь, сыр, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, масло растительное, зелень)	215	4,02	10,00	26,00	160	25,34
372,06	Говядина (отварная), тушенная с капустой 50/150 с 09.01.24 (капуста свежая, говядина бескостная с/м, кат. а., лук репчатый, масло растительное, морковь, зелень, соль йодированная, сахар, кислота лимонная)	200	13,00	12,00	16,00	237	101,48
693,18	Какао на молоке 200 (4/200/15) рацион (молоко 2,5%, сахар, какао-порошок)	200	6,77	5,60	24,98	179	26,48
114,35	Хлеб пшеничный 35г	35	2,77	0,35	16,91	82	2,27
116,04	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 20г	20	1,32	0,24	6,80	36	1,50
338,88	Фрукты свежие (яблоки) 110 рацион	110	0,44	0,44	10,78	52	16,45
Итого за Обед		780	28,32	28,63	#####	747	173,52

Директор ОУ

Зав. производством

