

## 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

" 12 " 03 " 2024" г.

День 8

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

## Обед

135,08	<b>Суп из овощей со сметаной 200/5</b> (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, горошек зелены консервированный, сметана, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	205	1,60	3,69	7,21	78	17,63
482,12	<b>Запеканка из печени с соусом сметанным 100/30</b> (печень говяжья с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, крупа рисовая, яйцо, соль йодированная, приправа)	130	15,87	18,49	18,13	313	89,69
463,07	<b>Каша гречневая вязкая с овощами 100/50</b> (лук репчатый очищенный, крупа гречневая, масло растительное, морковь очищенная, приправа, соль йодированная)	150	3,51	6,87	16,10	141	10,65
377,23	<b>Чай с сахаром и лимоном 200/5</b> (сахар, лимоны, чай)	205	0,35	0,08	15,22	64	4,44
114,35	<b>Хлеб пшеничный 35г</b>	35	2,77	0,35	16,91	82	2,27
116,04	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 20г</b>	20	1,32	0,24	6,80	36	1,50
	<b>Печенье "Палочка песочная в шоколаде" 30 г (шт)</b>	30	1,90	5,00	20,60	125	19,50
	<b>Итого за Обед</b>	<b>775</b>	<b>27,32</b>	<b>34,72</b>	<b>#####</b>	<b>839</b>	<b>145,68</b>

Директор ОУ

Зав. производством

