

**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

" 13 " 03 " 2024" г.

День 2

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

**Обед**

|        |  |            |              |              |              |            |               |
|--------|--|------------|--------------|--------------|--------------|------------|---------------|
| 145,04 | <b>Суп летний из овощей со сметаной 200/5</b><br>(картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, яйцо, сметана мжд 15%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное, зелень, соль йодированная)   | 205        | 4,00         | 6,00         | 8,19         | 96         | 23,90         |
| 492,24 | <b>Плов из булгура (из филе грудки куриной) 180 (30/150)</b><br>(филе грудки куриной без кожи с/м, крупа булгур, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, томатная паста 25%, соль йодированная, чеснок, приправа) | 180        | 14,00        | 15,00        | 39,26        | 448        | 47,06         |
| 692,15 | <b>Кофейный напиток на молоке 200 (6/200/15)</b><br>(молоко 2,5%, сахар, кофейный напиток)   | 200        | 1,40         | 2,00         | 29,26        | 110        | 26,01         |
| 114,3  | <b>Хлеб пшеничный 30г</b>  | 30         | 2,37         | 0,30         | 14,49        | 71         | 1,94          |
| 116,04 | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 20г</b>  | 20         | 1,32         | 0,24         | 6,80         | 36         | 1,50          |
| 338,88 | <b>Фрукты свежие (яблоки) 110 рацион</b>   | 110        | 0,44         | 0,44         | 10,78        | 52         | 16,45         |
|        | <b>Итого за Обед</b>   | <b>745</b> | <b>23,53</b> | <b>23,98</b> | <b>#####</b> | <b>813</b> | <b>116,86</b> |

Директор ОУ  
Зав. производством

