

Меню - Завтраки 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 09.01.2024

СЕЗОН - ЗИМА

в ОУ МОБУ СОШ № 19 "18" "03" "2024" г.

День 6

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

Завтрак

Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"

182,2 **молочная жидкая с курагой 210/5** 215 9,35 9,92 36,86 278 33,90
(молоко 2,5% 1л, крупа овсяная "геркулес", курага, сахар, масло сливочное, соль йодированная)

337,02 **Яйцо отварное 40** 40 5,08 4,60 0,28 63 22,50

96,16 **Масло сливочное (порциями) 10** 10 0,08 7,25 0,13 66 9,99
(масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 12,5 жирности)

685,06 **Чай с сахаром 200 (1/185/15)** 200 0,20 0,05 15,04 61 2,73
(сахар, чай, вода)

117 **Батон пшеничный 25** 25 1,87 0,72 12,80 66 2,63

116 **Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 16** 16 1,06 0,19 5,44 29 1,20

Итого за Завтрак 506 17,64 22,73 70,55 563 72,95

Директор ОУ

Зав. производством

