

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

" 24 " 03 " 2024" г.

День 2

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

Обед**Суп летний из овощей со сметаной 200/5**

145,04 (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

Плов из булгура (из филе грудки куриной) 180 (30/150)

492,24 (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 **Кофейный напиток на молоке 200 (6/200/15)**
(молоко 2,5%, сахар, кофейный напиток) 200 1,40 2,00 29,26 110 26,01

114,3 **Хлеб пшеничный 30г** 30 2,37 0,30 14,49 71 1,94

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 745 23,53 23,98 ##### 813 116,86

Директор ОУ

Зав. производством

