

**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

"10" ОН

" 2024" г.

День 7

| № рецептуры          | Наименование блюда  | Вес Блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность | Цена          |
|----------------------|---|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|
|                      |   |            | белки            | Жиры         | Угле-воды    |                         |               |
| <b>Обед</b>          |   |            |                  |              |              |                         |               |
| 133,09               | <b>Суп картофельный с сырными крутонами</b><br>200/15<br>(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               | <b>Говядина (отварная), тушенная с капустой</b><br>50/150 с 09.01.24<br>(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               | <b>Какао на молоке 200 (4/200/15) рацион</b><br>(молоко 2,5%, сахар, какао-порошок)   | 200        | 6,77             | 5,60         | 24,98        | 179                     | 26,48         |
| 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</b><br>20г  | 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>780</b> | <b>28,32</b>     | <b>28,63</b> | <b>#####</b> | <b>747</b>              | <b>173,52</b> |

Директор ОУ

Зав. производством

