

**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. 04 " 2024" г.

День 9

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		
<b>Обед</b>							
108,21	<b>Суп "Вероника" с сырными клёцками 150/60</b> (сыр, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, масло сливочное, яйцо, сметана мжд 15%, масло растительное, зелень, соль йодированная)	210	5,68	13,16	13,19	195	30,22
498,22	<b>Котлета куриная под сырной шапкой 90/15</b> (филе грудки куриной без кожи с/м, молоко 2,5% 1л, хлеб пшеничный, сыр, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, масло растительное, чеснок, соль йодированная, приправа)	105	17,50	7,32	21,06	205	69,38
493,03	<b>Рагу овощное 150 рацион</b> (картофель, капуста свежая, морковь, горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, томатная паста 25%, соль йодированная)	150	2,52	7,56	10,58	128	24,31
707,14	<b>Сок фруктовый 200</b> (сок натуральный/нектар для детского питания яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92	28,20
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
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>830</b>	<b>31,23</b>	<b>29,27</b>	<b>99,52</b>	<b>789</b>	<b>172,33</b>

Директор ОУ  
Зав. производством