

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

" 03 " 05 " 2024" г.

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		
Обед							
83,05	Борщ со свеклой со сметаной 200/5 (картофель, свекла, морковь, лук репчатый, сметана мжд 15%, масло растительное, томатная паста 25%, зелень, сахар, соль йодированная, кислота лимонная)	205	1,71	10,00	8,72	99	14,36
452,26	Байтсы (ломтики из филе куриной грудки (запеченные) 90 (филе грудки куриной без кожи с/м, сухари панировочные, томатная паста 25%, масло растительное, сметана мжд 15%, приправа, соль йодированная, чеснок)	90	16,31	8,50	11,29	149	54,61
468,2	Пюре гороховое 145/5 (крупа горох, масло сливочное, соль йодированная)	150	15,88	4,59	26,55	227	12,95
707,14	Сок фруктовый 200 (сок натуральный/нектар для детского питания яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92	28,20
114,4	Хлеб пшеничный 40г	40	3,16	0,40	19,32	94	2,59
116,4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,81
338,88	Фрукты свежие (яблоки) 110 рацион	110	0,44	0,44	10,78	52	16,45
Итого за Обед		819	40,08	24,42	111,11	756	130,97

Директор ОУ

Зав. производством

