

**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

" 04 " 05 " 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> 200/15 (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> 50/150 с 09.01.24 (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> (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> 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

