

Меню - Обеды 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 01.03.2024

в ОУ МОБУ СОШ

"03" Мая 2024

День 4 7.05.2024 М.А. Чумаков М.Р.

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		
Обед							
134,06	Суп картофельный с крупой пшениной и рыбой(филе минтая) 220/30 (картофель, филе рыбы с/м (минтай), лук репчатый, морковь, крупа пшено, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	250	6,83	5,56	10,51	89	39,66
441,09	Говядина, тушенная с черносливом 50/50 рацион (говядина бескостная с/м, кат. а., чернослив б/к, лук репчатый, масло растительное, томатная паста 25%, соль йодированная, зелень)	100	17,82	11,05	2,57	229	95,70
464,08	Рис отварной с овощами 180 рацион (крупа рисовая, морковь, масло сливочное, соль йодированная)	180	4,19	9,28	40,55	268	22,18
388,22	Напиток из плодов шиповника 200 (20/15) рацион (шиповник сухой, сахар, вода)	200	0,68	0,28	24,63	117	9,56
114,5	Хлеб пшеничный 50г	50	3,95	0,50	24,15	118	3,24
116,36	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 36г	36	2,38	0,43	14,26	71	2,71
338,93	Фрукты свежие (яблоки) 120 рацион	120	0,48	0,48	11,76	56	17,94
Итого за Обед		936	36,33	27,58	#####	948	190,99

Директор ОУ

Зав. производством

