

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

в ОУ *МБОУ СОШ №96*
"18" март 2024 г.

День 10

г. Сочи, ул. Чешко М.Д.

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5

82,03

(свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, сметана мжд 15%, томатная паста 25%, сахар, зелень, соль йодированная, кислота лимонная)

255 2,63 9,55 23,70 137 16,74

Рыбные палочки в сухарях запеченные (филе минтая) 110

343,25

(филе рыбы с/м (минтай), сухари панировочные, сметана мжд 15%, томатная паста 25%, масло растительное, соль йодированная, приправа)

110 13,61 5,68 6,48 138 66,87

Пюре картофельное 150/30 (с огурцом солёным)

520,07

(картофель очищенный, огурцы соленые (консервированные), молоко 2,5% 1л, масло сливочное, соль йодированная)

180 3,13 4,69 12,16 133 31,58

Компот из смеси сухофруктов 200 рацион

349,36

(сухофрукты, сахар, кислота лимонная, вода)

200 0,44 0,02 26,78 111 14,77

Хлеб пшеничный 45г

114,45

45 3,56 0,45 21,74 106 2,92

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 36г

116,36

36 2,38 0,43 14,26 71 2,71

Молоко 1/200 (шт)

(промышленного производства в индивидуальной упаковке)

200 5,80 6,40 9,40 120 29,25

Итого за Обед 1 026 31,55 27,22 ##### 815 164,84

Директор ОУ

Зав. производством

