

Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 01.03.2024в ОУ СОШ №4 "16" март "24" 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 | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 52 | 16,45 |
| Итого за Обед | | 819 | 40,08 | 24,42 | 104,96 | 756 | 130,97 |

Директор ОУ
Зав. производством

Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 01.03.2024

СЕЗОН - ЗИМА

в ОУ

Школа №1417.03.202424 г.

День 2

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

Обед

Суп летний из овощей со сметаной 200/5

| | | | | | | | |
|--------|---|-----|------|------|------|----|-------|
| 145,04 | (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, яйцо, сметана мжд 15%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное, зелень, соль йодированная) | 205 | 4,00 | 6,00 | 8,19 | 96 | 23,90 |
|--------|---|-----|------|------|------|----|-------|

Плов из булгура (из филе грудки куриной) 180 (30/150)

| | | | | | | | |
|--------|--|-----|-------|-------|-------|-----|-------|
| 492,24 | (филе грудки куриной без кожи с/м, крупа булгур, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, томатная паста 25%, соль йодированная, чеснок, приправа) | 180 | 14,00 | 15,00 | 39,26 | 448 | 47,06 |
|--------|--|-----|-------|-------|-------|-----|-------|

| | | | | | | | |
|--------|---|-----|------|------|-------|-----|-------|
| 692,15 | Кофейный напиток на молоке 200 (6/200/15) (молоко 2,5%, сахар, кофейный напиток) | 200 | 1,40 | 2,00 | 29,26 | 110 | 26,01 |
|--------|---|-----|------|------|-------|-----|-------|

| | | | | | | | |
|-------|--------------------|----|------|------|-------|----|------|
| 114,3 | Хлеб пшеничный 30г | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 71 | 1,94 |
|-------|--------------------|----|------|------|-------|----|------|

| | | | | | | | |
|--------|--|----|------|------|------|----|------|
| 116,04 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 20г | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,80 | 36 | 1,50 |
|--------|--|----|------|------|------|----|------|

| | | | | | | | |
|--------|----------------------------|-----|------|------|-------|----|-------|
| 338,88 | Фрукты свежие (яблоки) 110 | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 52 | 16,45 |
|--------|----------------------------|-----|------|------|-------|----|-------|

| | | | | | | |
|----------------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|---------------|
| Итого за Обед | 745 | 23,53 | 23,98 | 108,78 | 813 | 116,86 |
|----------------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|---------------|

Директор ОУ
Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 01.03.2024в ОУ СОШ №14 "10" с/д "24".г.

День 3

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

Обед

132,37 **Рассольник ленинградский со сметаной 200/5**
(картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное, зелень, соль йодированная)

205 1,88 3,77 16,11 97 19,00

70,34 **Огурцы соленые (консервированные) 60**

60 0,48 0,06 1,02 8 19,64

463,57 **Ёжики мясные из говядины (фарш) с томатным соусом 90/50**
(фарш говяжий с/м, лук репчатый очищенный, крупа рисовая, мука пшеничная, томатная паста 25%, морковь очищенная, масло сливочное, чеснок, масло растительное, соль йодированная, приправа, зелень, сахар)

140 13,42 7,28 18,50 173 57,58

463,07 **Каша гречневая вязкая с овощами 100/50**
(лук репчатый очищенный, крупа гречневая, масло растительное, морковь очищенная, приправа, соль йодированная)

150 3,51 6,87 16,10 141 10,65

693,13 **Какао с молоком 200 (4/100/15)**
(молоко 2,5%, вода, сахар, какао-порошок)

200 3,87 3,10 20,18 125 16,86

114,3 **Хлеб пшеничный 30г**

30 2,37 0,30 14,49 71 1,94

116,4 **Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г**

24 1,58 0,29 8,10 43 1,81

Молоко 1/200 (шт)

(промышленного производства в индивидуальной упаковке)

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

Итого за Обед 1 009**32,91 28,07 103,90 778 156,73**

Директор ОУ

Зав. производством

«Стандарты социального питания»
ОГРН 1122309000217 ИНН 2320980345 КПП 232001001
354071, Краснодарский край, г.Сочи, ул.Цветной бульвар,40
Для МОБУ
Средняя общеобразовательная школа №14
354057, г.Сочи, Центральный р-н, ул.Туапсинская,11