АНО "Стандарты социального питания" г. Сочи

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню - Завтраки 12 лет и старше в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 01.11.2023

СЕЗОН - ОСЕНЬ-ЗИМА

в ОУ 83

4. 12 " 23 " г.

День 1

№ Рецептуры	Наименование Блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
305,06	Каша молочная жидкая "Дружба" (рис, пшено) 200/5 (молоко 2,5%, крупа пшено, крупа рисовая, масло сливочное, сахар, соль йодированная)	205	6,45	7,02	34,14	226	19,04
337,06	Яйцо отварное 40	40	5,08	4,60	0,28	63	13,14
97,01	Сыр (порциями) 15 (сыр неострых сортов, сычужный твердый (Костромской) мдж 45%)	15	3,84	3,92		51	16,17
96,05	Масло сливочное (порциями) 15 (масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 жирности)	15	0,12	10,88	0,20	99	14,41
692,19	Кофейный напиток с молоком 200 (5/100/15) (молоко 2,5%, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,91	2,50	23,68	130	14,88
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24	24	1,58	0,29	9,50	48	1,81
	Батон пшеничный 30	30	2,40	0,30	14,73	71	3,15
338,44	Фрукты свежие (яблоки) 100	100	0,40	0,40	9,80	47	12,35
	Итого за Завтрак	**629,00**	**22,78**	**29,91**	**92,33**	**735,13**	**94,95**
	Обед						
83,17	Борщ со свеклой со сметаной 250/5 рацион (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, сметана мжд 15%, томатная паста 25%, сахар, зелень, соль йодированная, кислота лимонная)	255	1,91	7,50	9,72	114	14,76
452,23	Байтсы (ломтики из филе куриной грудки в сухарях (запеченные) 100 (филе бедра куриного без кожи с/м, сухари панировочные, сметана мжд 15%, томатная паста 25%, масло растительное, соль йодированная, чеснок, приправа)	100	18,61	5,95	9,61	161	59,59
468,21	Пюре гороховое 175/5 (крупа горох, масло сливочное, соль йодированная)	180	19,16	6,00	32,04	268	14,41
707,19	Сок фруктовый 200 (сок натуральный/нектар для детского питания в ассортименте)	200	1,00	0,20	20,20	92	29,70
	Хлеб пшеничный 50	50	3,80	0,40	24,30	119	3,18
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 36	36	2,38	0,43	14,26	71	2,72
338,79	Фрукты свежие (яблоки) 100	100	0,40	0,40	9,80	47	12,35
	Итого за Обед	**921,00**	**47,26**	**20,88**	**119,93**	**872,65**	**136,71**

ректор ОУ

в. производством

АНО «Стандарты социального питания»