АНО "Стандарты социального питания" г. Сочи

Приложение №6
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

11. 12 " 23 " г.

День 6

№ Рецептуры	Наименование Блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
182,2	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая с курагой 210/5 (молоко 2,5% 1л, крупа овсяная "геркулес", курага, сахар, масло сливочное, соль йодированная)	215	9,35	9,92	36,86	278	31,86
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
685,06	Чай с сахаром 200 (1/185/15) (сахар, чай, вода)	200	0,20	0,05	15,04	61	2,85
	Батон пшеничный 30	30	2,40	0,30	14,73	71	3,15
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24	24	1,58	0,29	9,50	48	1,81
	Фрукты свежие (яблоки) 100	100	0,40	0,40	9,80	47	12,35
	Итого за Завтрак	**639,00**	**22,97**	**30,36**	**86,41**	**718,59**	**95,74**
	Обед						
139,39	Суп картофельный с горохом 250 (картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	250	5,36	3,98	21,47	135	15,33
464,21	Соус "Болоньезе" 50/40 (фарш говяжий с/м, лук репчатый, томатная паста 25%, масло растительное, чеснок, приправа, соль йодированная)	90	17,00	9,66	4,21	177	70,91
333,06	Макаронные изделия отварные с сыром 180 (155/10/15) (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль йодированная)	180	10,27	13,80	29,36	283	35,48
707,19	Сок фруктовый 200 (сок натуральный/нектар для детского питания в ассортименте)	200	1,00	0,20	20,20	92	29,70
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 36	36	2,38	0,43	14,26	71	2,72
	Хлеб пшеничный 50	50	3,80	0,40	24,30	119	3,18
	Фрукты свежие (яблоки) 150 рацион	150	0,60	0,60	14,70	71	18,53
	Итого за Обед	**956**	**40**	**29**	**129**	**949**	**175,85**

Директор ОУ

Зав. производством

АНО "Стандарты социального питания"