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 09.01.2024

СЕЗОН - ЗИМА

в ОУ 83

"26. 01" 2024г

День 5

№ рецеп	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества: белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Цена
	Завтрак						
45.01	Салат из квашеной капусты с маслом растительным 100 (капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное, зелень)	100	1,64	5,10	7,32	84	17,20
436.14	Жаркое по-домашнему (с отварной говядиной) 50/150 (морковь очищенная, лук репчатый очищенный, масло растительное, томатная паста 25%, зелень, соль йодированная, приправа)	200	12,00	8,00	22,20	220	94,94
693.18	Какао на молоке 200 (4/200/15) рацион (молоко 2,5%, сахар, какао порошок)	200	6,77	5,60	24,98	179	26,48
	Хлеб пшеничный 30 рацион	30	2,37	0,30	14,49	71	1,94
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24 рацион	24	1,58	0,29	9,50	48	1,81
338.79	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	0,40	0,40	9,80	47	14,95
	Итого за Завтрак	**654**	**24,76**	**19,69**	**88,29**	**649**	**157,32**
	Обед						
133.1	Суп картофельный с крутонами (батон) 250/20 (картофель, батон пшеничный, лук репчатый, морковь, сыр, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, масло растительное, зелень)	270	5,20	13,87	34,65	206	24,01
343.2	Котлеты "Нежные" 110 (филе рыбы с/м (минтай), творог 9%, лук репчатый, яйцо, молоко 2,5% 1л, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная, приправа)	110	14,20	5,85	6,33	130	84,38
520.07	Пюре картофельное 150/30 (с огурцом солёным) (картофель очищенный, огурцы соленые (консервированные), молоко 2,5% 1л, масло сливочное, соль йодированная)	180	3,13	4,69	12,16	133	31,58
648.2	Кисель плодово-ягодный 200 (25) рацион (кисель плодово-ягодный, вода)	200	0,03		23,00	90	6,48
	Хлеб пшеничный 50 рацион	50	3,80	0,40	24,30	119	3,24
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 36 рацион	36	2,38	0,43	14,26	71	2,71
	Итого за Обед	**846**	**28,74**	**25,24**	**114,70**	**749**	**152,40**

Директор ОУ

Зав. производством

АНО «Стандарты социального питания»