

Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 01.11.2023

СЕЗОН - ОСЕНЬ-ЗИМА

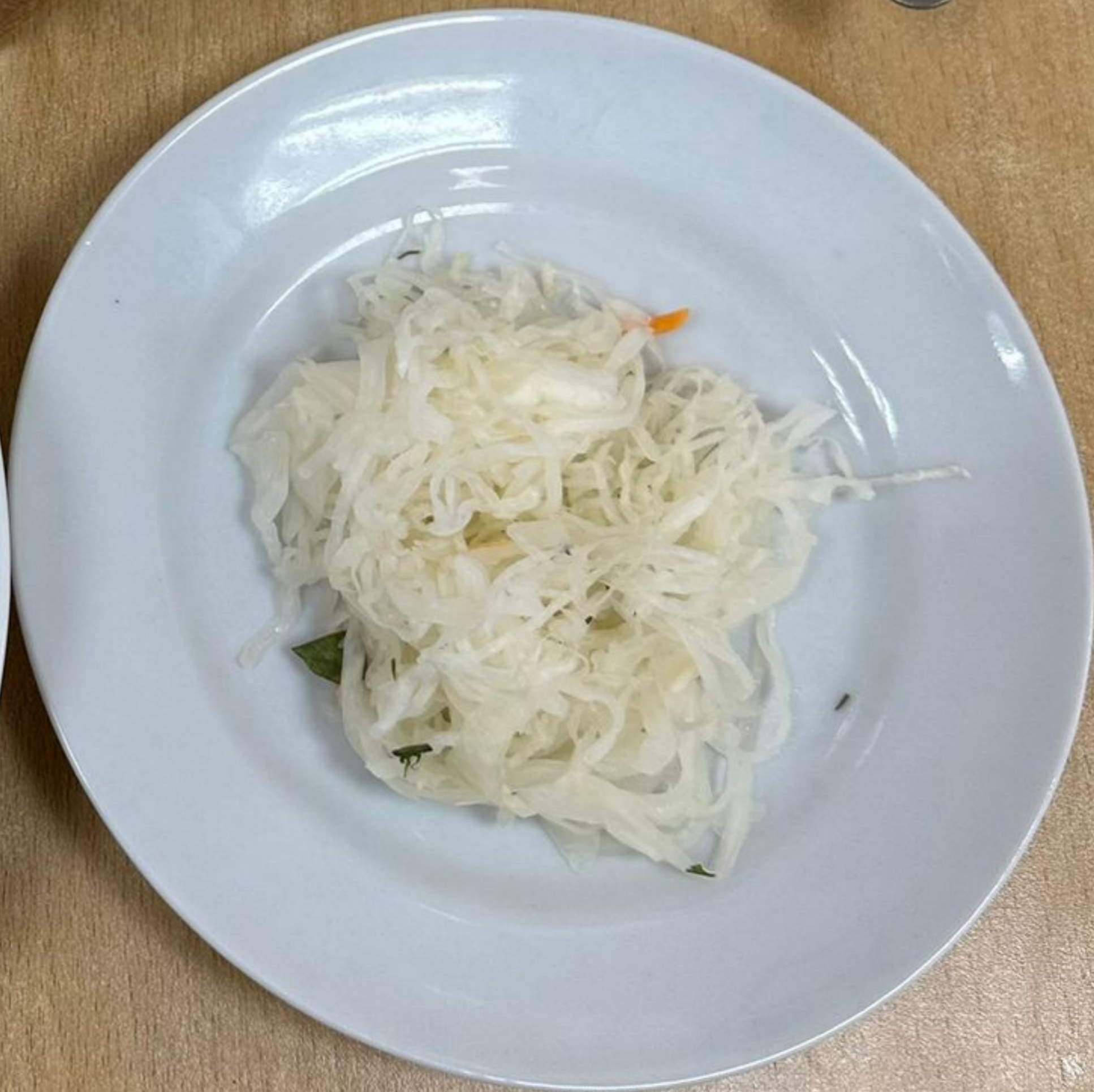
в ОУ СОШ 7

23 . 11 . 23

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	17,62
463,28	Ёжики мясные из говядины с томатным соусом 90/50 (фарш говяжий с/м, лук репчатый, крупа рисовая, мука пшеничная, томатная паста 25%, морковь, масло сливочное, чеснок, масло растительное, соль йодированная, приправа, зелень, сахар)	140	13,42	7,28	12,65	173	56,96
463,07	Каша гречневая вязкая с овощами 100/50 (лук репчатый, крупа гречневая, масло растительное, морковь, приправа, соль йодированная)	150	3,51	6,87	16,10	141	10,35
70,27	Огурцы соленые (консервированные) 30	30	0,24	0,03	0,51	4	9,82
685,06	Чай с сахаром 200 (1/185/15) (сахар, чай, вода)	200	0,20	0,05	15,04	61	2,85
	Хлеб пшеничный 35	35	2,77	0,35	16,91	82	2,23
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24	24	1,58	0,29	9,50	48	1,81
	Итого за Обед	784	23,60	18,64	86,82	606	101,64





Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 01.11.2023

СЕЗОН - ОСЕНЬ-ЗИМА

в ОУ СОШ 7

23 . 11 . 23

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	17,62
463,28	Ёжики мясные из говядины с томатным соусом 90/50 (фарш говяжий с/м, лук репчатый, крупа рисовая, мука пшеничная, томатная паста 25%, морковь, масло сливочное, чеснок, масло растительное, соль йодированная, приправа, зелень, сахар)	140	13,42	7,28	12,65	173	56,96
463,07	Каша гречневая вязкая с овощами 100/50 (лук репчатый, крупа гречневая, масло растительное, морковь, приправа, соль йодированная)	150	3,51	6,87	16,10	141	10,35
70,27	Огурцы соленые (консервированные) 30	30	0,24	0,03	0,51	4	9,82
685,06	Чай с сахаром 200 (1/185/15) (сахар, чай, вода)	200	0,20	0,05	15,04	61	2,85
	Хлеб пшеничный 35	35	2,77	0,35	16,91	82	2,23
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24	24	1,58	0,29	9,50	48	1,81
	Итого за Обед	784	23,60	18,64	86,82	606	101,64



