

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
-----------	--------------------	---	-------------------	-----------------

Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)

180	Рагу из птицы.	ЭЦ-214, Бел-13, Жир-11, Угл-16		289
	<i>картофель, цыпленок-бройлер, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат, мука пшеничная высшего сорта</i>			
60	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-150, Угл-39		70
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
	<i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>			
Итого за Завтрак		ЭЦ-682, Бел-19, Жир-12, Угл-125		100руб

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар *Мис-*

ИП Шаповалов М.Н.



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
-----------	--------------------	---	-------------------	-----------------

Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)

70	Тефтели мясные с соусом <small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, помидоры, крупа рисовая, соль поваренная</small>	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
150	Макаронные изделия отварные с маслом. <small>макаронные, масло сливочное, соль поваренная</small>	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31		203
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, вода лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349

Итого за Завтрак ЭЦ-619, Бел-13, Жир-20, Угл-95

100руб

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
-----------	--------------------	---	-------------------	-----------------

Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)

200	Суп молочный с крупой(рисовый). <small>затяжка с яйцом 2,5%, крупа рисовая, лук из консервов, сахар</small>	ЭЦ-132, Бел-5, Жир-5, Угл-17		101
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
30	Печенье .	ЭЦ-125, Бел-2, Жир-3, Угл-22		332
200	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
Итого за Завтрак		ЭЦ-570, Бел-16, Жир-18, Угл-85	100руб	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
-----------	--------------------	---	-------------------	-----------------

Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)

70	Рыба, тушенная в томате с овощами <i>лосось, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
150	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с жиром 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
60	Икра свекольная <i>свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-67, Бел-1, Жир-5, Угл-6		75
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349

Итого за Завтрак ЭЦ-554, Бел-14, Жир-18, Угл-81

100руб

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
-----------	--------------------	---	-------------------	-----------------

Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)

70	Гуляш. <i>свиная, лук репчатый, помид, масло растительное, мука высшего сорта, соль йодированная</i>	ЭЦ-224, Бел-8, Жир-21, Угл-2		260
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
60	Салат из белокачанной капусты свежей <i>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4		45
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-56, Угл-14		376

Итого за Завтрак ЭЦ-647, Бел-19, Жир-32, Угл-70

100руб

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
210	Суп молочный с вермишелью. <i>молоко в масле 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль водородная</i>	ЭЦ-126, Бел-5, Жир-4, Угл-15		120
40	Яйца вареные.	ЭЦ-63, Бел-5, Жир-5		209
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Завтрак		ЭЦ-484, Бел-14, Жир-9, Угл-81	100руб	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Полар

ИП Шаповалов
М.Н.



МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)				
70	Фрикадельки в соусе	ЭЦ-151, Бел-6, Жир-8, Угл-12		280
	<i>сметана, сметана, лук репчатый 2,5%, мука пшеничная высшего сорта, хлеб пшеничный, масло растительное, лук репчатый</i>			
150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36		171
	<i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</i>			
60	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-150, Угл-39		70
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
	<i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>			

Итого за Завтрак ЭЦ-767, Бел-15, Жир-16, Угл-138

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

*Мис -*ИП Шаповалов
М.Н.*Шаповалов*

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
150	Запеканка из творога со сметаной. <i>творог, сметана, сахар, крупа манная, мясо свиное, фрукты натуральные, яйцо куриное</i>	ЭЦ-342, Бел-21, Жир-20, Угл-21		223
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-56, Угл-14		376
100	Фрукты свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
Итого за Завтрак		ЭЦ-565, Бел-24, Жир-20, Угл-69	100руб	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

*Мис*ИП Шаповалов
М.Н.*Шаповалов*

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
-----------	--------------------	--	----------------------	--------------------

Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)

180	Жаркое по-домашнему <i>картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-414, Бел-13, Жир-32, Угл-18		259
60	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-150, Угл-39		70
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349

Итого за Завтрак ЭЦ-882, Бел-18, Жир-33, Угл-127**100руб**Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
-----------	--------------------	---	-------------------	-----------------

Завтрак - 1-4кл, и (СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)

180	Плов из курицы <small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томаты, соль йодированная</small>	ЭЦ-400, Бел-18, Жир-22, Угл-31		291
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
200	Сок фруктовый или ягодный.	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
Итого за Завтрак		ЭЦ-680, Бел-24, Жир-26, Угл-85		100руб

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Мис

ИП Шаповалов

М.П.

Шаповалов

