

(1шт)

Меню с 12 лет и старше (завтрак 120р) и ОБЗ с 12 лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
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	120,00 Р	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с вермишелью	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
	<i>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</i>			
150	Рагу из птицы .	ЭЦ-178, Бел-11, Жир-9, Угл-13		289
	<i>картофель, цыпленок-бройлер, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат, мука пшеничная высшего сорта</i>			
35	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-88, Угл-23		70
180	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	<i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
Итого за Обед		ЭЦ-592, Бел-17, Жир-12, Угл-102	125,00 Р	
<u>Категория супы 40р</u>				
180	Суп картофельный с вермишелью	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-13		103
	<i>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</i>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	<i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>			
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-293, Бел-5, Жир-2, Угл-60	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 568, Бел-40, Жир-26, Угл-286		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Масл

ИП Шаповалов
М.Н.



(16т)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОВЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)				
70	Тефтели мясные с соусом свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат , крупа рисовая, соль йодированная	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
150	Макаронные изделия отварные с маслом. макаронны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31		203
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Завтрак			120,00 Р	
Обед				
200	Суп картофельный с горохом . картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
70	Тефтели мясные с соусом свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат , крупа рисовая, соль йодированная	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
120	Макаронные изделия отварные с маслом. макаронны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
35	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-32, Жир-2, Угл-3		52
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед			125,00 Р	
Категория супы 40р				
180	Суп картофельный с горохом . картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-12		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р			40,00 Р	
Итого за день			ЭЦ-1 615, Бел-36, Жир-45, Угл-254	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОВЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

ИП Шаповалов
М.Н.

(1шт)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОВЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
70	Рыба, тушеная в томате с овощами минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
150	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
60	Икра свекольная свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная	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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Завтрак		ЭЦ-554, Бел-14, Жир-18, Угл-81	120,00 Р	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с крупой ячневый. картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая., масло растительное.	ЭЦ-73, Бел-2, Жир-2, Угл-11		86
70	Рыба, тушеная в томате с овощами минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
120	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
35	Икра свекольная свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная	ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3		75
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед		ЭЦ-567, Бел-15, Жир-16, Угл-87	125,00 Р	
<u>Категория супы 40р</u>				
180	Суп картофельный с крупой ячневый. картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая., масло растительное.	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-2, Угл-10		86
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-274, Бел-4, Жир-2, Угл-58	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 395, Бел-33, Жир-36, Угл-226		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



(1шт)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОВЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
70	Рыба, тушеная в томате с овощами минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
150	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
60	Икра свекольная свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная	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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Завтрак		ЭЦ-554, Бел-14, Жир-18, Угл-81	120,00 Р	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с крупой ячневый. картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая., масло растительное.	ЭЦ-73, Бел-2, Жир-2, Угл-11		86
70	Рыба, тушеная в томате с овощами минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
120	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
35	Икра свекольная свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная	ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3		75
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед		ЭЦ-567, Бел-15, Жир-16, Угл-87	125,00 Р	
<u>Категория супы 40р</u>				
180	Суп картофельный с крупой ячневый. картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая., масло растительное.	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-2, Угл-10		86
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-274, Бел-4, Жир-2, Угл-58	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 395, Бел-33, Жир-36, Угл-226		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



Миса



(1шт)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОБЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)				
70	Гуляш. свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-224, Бел-8, Жир-21, Угл-2		260
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
60	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4		45
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
Итого за Завтрак		ЭЦ-647, Бел-19, Жир-32, Угл-70	120,00 Р	
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
50	Гуляш. свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-160, Бел-5, Жир-15, Угл-1		260
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-21, Жир-1, Угл-2		45
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-50, Угл-13		376
Итого за Обед		ЭЦ-601, Бел-17, Жир-27, Угл-69	125,00 Р	
Категория супы 40р				
180	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-50, Угл-13		376
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-162, Бел-3, Жир-4, Угл-27	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 410, Бел-38, Жир-63, Угл-167		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.

(1шт)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОБЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)				
70	Гуляш. свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-224, Бел-8, Жир-21, Угл-2		260
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
60	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4		45
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
Итого за Завтрак		ЭЦ-647, Бел-19, Жир-32, Угл-70	120,00 Р	
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
50	Гуляш. свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-160, Бел-5, Жир-15, Угл-1		260
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-21, Жир-1, Угл-2		45
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-50, Угл-13		376
Итого за Обед		ЭЦ-601, Бел-17, Жир-27, Угл-69	125,00 Р	
Категория супы 40р				
180	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-50, Угл-13		376
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-162, Бел-3, Жир-4, Угл-27	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 410, Бел-38, Жир-63, Угл-167		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.

(2пп)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОБЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
210	Суп молочный с вермишелью. молоко с лджс 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная	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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Завтрак		ЭЦ-484, Бел-14, Жир-9, Угл-81	120,00 Р	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с горохом картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
50	Котлеты рубленые из филе птицы. филе цб, молоко с лджс 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-169, Бел-8, Жир-12, Угл-8		294
120	Макаронные изделия отварные с маслом. макароны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
35	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-32, Жир-2, Угл-3		52
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Компот из смеси сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед		ЭЦ-709, Бел-20, Жир-23, Угл-100	125,00 Р	
<u>Категория супы 40р</u>				
180	Суп картофельный с горохом картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-12		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Компот из смеси сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-315, Бел-7, Жир-4, Угл-59	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 508, Бел-41, Жир-36, Угл-240		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



(2вт)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОВЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)				
70	Фрикадельки в соусе свинина, сметана, молоко с мдж 2,5%, мука пшеничная высшего сорта, хлеб пшеничный, масло растительное, лук репчатый	ЭЦ-151, Бел-6, Жир-8, Угл-12		280
150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36		171
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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Завтрак		ЭЦ-767, Бел-15, Жир-16, Угл-138	120,00 Р	
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
50	Фрикадельки в соусе свинина, сметана, молоко с мдж 2,5%, мука пшеничная высшего сорта, хлеб пшеничный, масло растительное, лук репчатый	ЭЦ-108, Бел-4, Жир-6, Угл-9		280
120	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
35	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-88, Угл-23		70
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед		ЭЦ-690, Бел-14, Жир-16, Угл-118	125,00 Р	
Категория супы 40р				
180	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-273, Бел-4, Жир-4, Угл-53	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 730, Бел-33, Жир-35, Угл-309		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



М.Н. Шаповалов

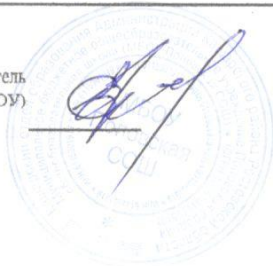


(2ср)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОБЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак(СВО 5-11кл, Многодетные 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
150	Запеканка из творога со сметаной. <i>творог, сметана, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, 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	120,00 Р	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с клецками. <i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
55	Сосиски отварные .	ЭЦ-164, Бел-6, Жир-16		243
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	Салат из моркови с сахаром <i>морковь, сахар</i>	ЭЦ-29, Угл-4		62
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-50, Угл-13		376
Итого за Обед		ЭЦ-656, Бел-18, Жир-27, Угл-79	125,00 Р	
<u>Категория супы 40р</u>				
180	Суп картофельный с клецками. <i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-104, Бел-3, Жир-3, Угл-14		108
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-50, Угл-13		376
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-201, Бел-4, Жир-4, Угл-35	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 423, Бел-47, Жир-51, Угл-183		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Мисир

ИП Шаповалов
М.Н.

Шаповалов



(2шт)

Меню с 12лет и старше (завтрак 120р) и ОБЗ с 12лет и старше (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак(СВО 5-11кл, Многолетние 5-11кл, Малоимущие 5-11кл)</u>				
180	Жаркое по-домашнему картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., соль йодированная	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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Завтрак			120,00 Р	
<u>Обед</u>				
200	Рассольник Ленинградский картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
150	Жаркое по-домашнему картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-345, Бел-11, Жир-27, Угл-15		259
35	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-88, Угл-23		70
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед			125,00 Р	
<u>Категория супы 40р</u>				
180	Рассольник Ленинградский картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-77, Бел-1, Жир-4, Угл-9		96
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р			40,00 Р	
Итого за день			ЭЦ-1 917, Бел-39, Жир-67, Угл-282	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.

