

(1пп)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7до 11лет(завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
180	Рагу из птицы . картофель, цыпленок-бройлер, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат , мука пшеничная высшего сорта	ЭЦ-214, Бел-13, Жир-11, Угл-16		289
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		ЭЦ-682, Бел-19, Жир-12, Угл-125	120,00 Р	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с вермишелью картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
150	Рагу из птицы . картофель, цыпленок-бройлер, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат , мука пшеничная высшего сорта	ЭЦ-178, Бел-11, Жир-9, Угл-13		289
35	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-88, Угл-23		70
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
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 картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-13		103
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-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

ИП Шаповалов
М.Н.



(1шт)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7 до 11 лет (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
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. макароны, 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		ЭЦ-619, Бел-13, Жир-20, Угл-95	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. 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 сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед		ЭЦ-681, Бел-17, Жир-22, Угл-100	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		
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категорию супы 40р		ЭЦ-315, Бел-7, Жир-4, Угл-59	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 615, Бел-36, Жир-45, Угл-254		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



(1ср)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7 до 11 лет (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Суп молочный с крупой(рисовый). молоко с л.ж 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар	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-36, Бел-2, Жир-3		15
30	Печенье .	ЭЦ-125, Бел-2, Жир-3, Угл-22		332
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
Итого за Завтрак			120,00 Р	
Обед				
200	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
55	Сосиски отварные .	ЭЦ-164, Бел-6, Жир-16		243
120	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
35	Салат из моркови с сахаром морковь, сахар	ЭЦ-29, Угл-4		62
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-72, Угл-18		379
Итого за Обед			125,00 Р	
Категория супы 40р				
180	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-245, Бел-4, Жир-12, Угл-29		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-72, Угл-18		379
Итого за Категория супы 40р			40,00 Р	
Итого за день			ЭЦ-1 696, Бел-37, Жир-64, Угл-237	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



(1шт)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОВЗ с 7 до 11 лет (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
70	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>мишай, 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 мдж 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	120,00 Р	
Обед				
200	Суп картофельный с крупой ячневый. <i>картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая, масло растительное.</i>	ЭЦ-73, Бел-2, Жир-2, Угл-11		86
70	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>мишай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
120	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
35	Икра свекольная <i>свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3		75
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Обед		ЭЦ-567, Бел-15, Жир-16, Угл-87	125,00 Р	
Категория супы 40р				
180	Суп картофельный с крупой ячневый. <i>картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая, масло растительное.</i>	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 <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категорию 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

Миса

ИП Шаповалов
М.Н.



(1nm)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7до 11лет(завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
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			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			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 Категорию супы 40р			40,00 Р	
Итого за день			ЭЦ-1 410, Бел-38, Жир-63, Угл-167	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



(2пн)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7до 11лет(завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
210	Суп молочный с вермишелью. молоко с м.д.ж 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			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
50	Котлеты рубленые из филе птицы. филе цб, молоко с м.д.ж 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			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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р			40,00 Р	
Итого за день			ЭЦ-1 508, Бел-41, Жир-36, Угл-240	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.



(2пн)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7до 11лет(завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
210	Суп молочный с вермишелью. молоко с м.д.ж 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			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
50	Котлеты рубленые из филе птицы. филе цб, молоко с м.д.ж 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			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 сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за Категория супы 40р			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 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОВЗ с 7 до 11 лет (завтрак+обед 245р)

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



(2ср)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7 до 11 лет (завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
150	Запеканка из творога со сметаной. творог, сметана, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, яйцо куриное	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. сахар, чай черный	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. картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная	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 крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	Салат из моркови с сахаром морковь, сахар	ЭЦ-29, Угл-4		62
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-656, Бел-18, Жир-27, Угл-79	125,00 Р	
<u>Категория супы 40р</u>				
180	Суп картофельный с клецками. картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-104, Бел-3, Жир-3, Угл-14		108
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-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

ИП Шаповалов
М.Н.



(2чт)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7до 11лет(завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
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	
Обед				
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	
Категория супы 40р				
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.



(2шт)

Меню с 7 до 11 лет (завтрак 120р) и ОБЗ с 7 до 11 лет(завтрак+обед 245р)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
180	Плов из курицы цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная	ЭЦ-269, Бел-16, Жир-8, Угл-33		291
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	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-548, Бел-22, Жир-12, Угл-86	120,00 Р	
Обед				
200	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
150	Плов из курицы цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная	ЭЦ-224, Бел-14, Жир-7, Угл-27		291
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	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
Итого за Обед		ЭЦ-675, Бел-22, Жир-23, Угл-94	125,00 Р	
Категория супы 40р				
180	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-245, Бел-4, Жир-12, Угл-29		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
Итого за Категория супы 40р		ЭЦ-368, Бел-7, Жир-13, Угл-56	40,00 Р	
Итого за день		ЭЦ-1 592, Бел-51, Жир-48, Угл-236		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
М.Н.

