

(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
200	Каша жидкая молочная из манной крупы. <small>молоко с жиром 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-234, Бел-6, Жир-10, Угл-30		181
200	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак			ЭЦ-490, Бел-13, Жир-20, Угл-60	64-30
<u>Обед</u>				
150	Суп картофельный с вермишелью <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, лук порей растительное.</small>	ЭЦ-71, Бел-2, Жир-2, Угл-10		103
50	Котлеты рубленые из филе птицы. <small>филе цб, молоко с жиром 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук порей сливочное, масло растительное.</small>	ЭЦ-169, Бел-8, Жир-12, Угл-8		294
100	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <small>крупа пшеничная, масло сливочное</small>	ЭЦ-160, Бел-4, Жир-5, Угл-24		171
35	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-88, Угл-23		70
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед			ЭЦ-728, Бел-17, Жир-19, Угл-117	71-72
Итого за день			ЭЦ-1 218, Бел-30, Жир-39, Угл-177	136-02

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
130	Омлет натуральный. <i>айри турное, молоко 0,1% жирности</i>	ЭЦ-136, Бел-12, Жир-23, Угл-2		210
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Кофейный напиток. <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак		ЭЦ-363, Бел-16, Жир-27, Угл-42	64-30	
<u>Обед</u>				
150	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, мясо растительное, петрушка (корень), томат</i>	ЭЦ-54, Бел-1, Жир-3, Угл-5		88
50	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, мясо растительное, лимон лимонный, сахар</i>	ЭЦ-53, Бел-5, Жир-2, Угл-2		229
100	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко 0,1% жирности</i>	ЭЦ-125, Бел-2, Жир-6, Угл-14		128
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <i>сахар, лимон, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед		ЭЦ-354, Бел-10, Жир-12, Угл-46	71-72	
Итого за день		ЭЦ-717, Бел-25, Жир-39, Угл-89	136-02	

Руководитель
МБОУ (МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
	<small>сметана, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая</small>			
120	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
	<small>крупа ячневая, масло сливочное</small>			
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-60, Угл-15		376
	<small>сахар, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			64-30	
Обед				
150	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-10		102
	<small>картофель, горох зеленый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (зелень)</small>			
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
100	Макаронные изделия отварные с маслом.	ЭЦ-131, Бел-4, Жир-4, Угл-20		203
	<small>макарон, масло сливочное</small>			
35	Салат из белокачанной капусты свежей	ЭЦ-21, Жир-1, Угл-2		45
	<small>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кетчуп томатный</small>			
200	Кисель из яблок сушеных	ЭЦ-128, Угл-31		354
	<small>сахар, сушеные фрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная</small>			
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Суп молочный с овсяной крупой <small>молоко с жиром 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-149, Бел-6, Жир-6, Угл-18		101
200	Какао с молоком.. <small>молоко с жиром 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			64-30	
Обед				
150	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томаты, масло растительное, петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-204, Бел-3, Жир-10, Угл-24		82
120	Плов из курицы <small>курица-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томаты</small>	ЭЦ-267, Бел-12, Жир-15, Угл-21		291
35	Салат из моркови с сахаром <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-29, Угл-4		62
200	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Печень, тушенная в соусе <small>печень, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</small>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <small>крупа гречневая, масло сливочное</small>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
200	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			64-30	
Обед				
150	Суп картофельный с крупой(ячневый) <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное.</small>	ЭЦ-51, Бел-1, Жир-2, Угл-7		101
50	Котлеты ,биточки мясные. <small>свинина, мясцо с мясе 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное.</small>	ЭЦ-185, Бел-6, Жир-14, Угл-8		268
100	Картофельное пюре с маслом <small>картофель, мясцо с мясе 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-125, Бел-2, Жир-6, Угл-14		128
35	Икра свекольная <small>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное, сахар</small>	ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3		75
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед				
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ (МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
200	Суп молочный с вермишелью. <small>молоко с жиром 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-120, Бел-4, Жир-4, Угл-14		120
200	Кофейный напиток. <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак			64-30	
<u>Обед</u>				
150	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, мясо растительное, ветрушка (кисель), томат</small>	ЭЦ-54, Бел-1, Жир-3, Угл-5		88
120	Жаркое по-домашнему <small>картофель, свинина, лук репчатый, томат, мясо растительное.</small>	ЭЦ-276, Бел-9, Жир-21, Угл-12		259
35	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-13, Бел-1, Угл-2		131
200	Кисель из яблок сушеных <small>сахар, сушеные фрукты, красная картофельная, витаминизированный.</small>	ЭЦ-128, Угл-31		354
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.

Шаповалов



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецентуры
Завтрак				
130/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	ЭЦ-405, Бел-22, Жир-17, Угл-42		223
	<small>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, масло сливочное, сахар ванильный, сметана, айран-сурица</small>			
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20		379
	<small>сахар, кофейный напиток</small>			
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак			64-30	
Обед				
150	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-87, Бел-2, Жир-3, Угл-11		108
	<small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйца куриные, мясо растительное, масло сливочное, соль бодированная</small>			
50	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-101, Бел-3, Жир-7, Угл-5		279
	<small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, мясо растительное, томат, крупа рисовая</small>			
100	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-226, Бел-1, Жир-23, Угл-4		171
	<small>крупа ячневая, масло сливочное</small>			
35	Винегрет овощной .	ЭЦ-44, Жир-4, Угл-3		67
	<small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное</small>			
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном.	ЭЦ-62, Угл-15		377
	<small>сахар, лимон, чай черный</small>			
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

Шаповалов



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Макароны отварные с сыром <i>макароны, сыр, масло сливочное</i>	ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34		204
200	Какао с молоком.. <i>молоко сдвж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак			64-30	
Обед				
150	Рассольник Ленинградский <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное</i>	ЭЦ-64, Бел-1, Жир-3, Угл-7		96
50	Печень, тушенная в соусе <i>печень, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное</i>	ЭЦ-89, Бел-7, Жир-5, Угл-4		261
100	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-190, Бел-6, Жир-6, Угл-28		171
35	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-88, Угл-23		70
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



(ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Птица отварная с соусом. <small>курица-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
120	Рис припущенный <small>крупа рисовая, лук репчатый</small>	ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном. <small>салат, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак			64-30	
Обед				
150	Борщ с капустой и картофелем. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-204, Бел-3, Жир-10, Угл-24		82
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
100	Каша рассыпчатая перловая с маслом. <small>крупа перловая, лук репчатый</small>	ЭЦ-226, Бел-1, Жир-23, Угл-4		171
35	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, лук репчатый</small>	ЭЦ-32, Жир-2, Угл-3		52
200	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
Итого за Обед			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.

