

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак								
	Каша жидкая молочная из манной крупы .	180	5,29	8,62	27,35	210,62	181	
	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	70-00
		404	12,34	18,34	55,84	454,26		
Итого за Завтрак								
	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
	Котлеты рубленые из филе птицы.	50	7,83	11,87	7,65	169,49	294	
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	120	5,24	6,02	28,49	191,78	171	
	Овощи соленые (огурец).	30	0,12		19,5	75	70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527	
		620	21,11	22,12	134,49	845,9		100-00
Итого за Обед								
	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349	
		404	4,71	5,77	62,02	343,27		45-39
Итого за Лыготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р								
		1 428	38,16	46,23	252,35	1643,43		215-39
Итого за День								

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак								
	Омлет натуральный.	120	11,52	20,79	2,26	125,48	210	
	Салат из свежпы отварной с растительным маслом.	60	0,84	3,61	4,96	55,68	52	
	Кофейный напиток .	180			17,96	71,82	379	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
		390	14,68	25,3	40,12	344,18		70-00
Итого за Завтрак								
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	70/30	9,75	4,95	3,8	105	229	
	Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128	
	Чай с сахаром и лимоном.	180/15/7	0,12	0,02	13,83	56,41	377	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Итого за День								

День: вторник

Неделя: 1

(лист 2)

Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527	
	662	18,64	18,35	68,13	536,96		100-00
Итого за Обед							
Льготная категория питающихся (200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
Щи из свежей капусты с картофелем.							
	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Хлеб пшеничный(обогащенный)	180/15/7	0,12	0,02	13,83	56,41	377	
Чай с сахаром и лимоном.	422	3,07	4,58	30,11	189,01		45-39
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р							
	1 474	36,39	48,23	138,36	1070,15		215-39
Итого за день							

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 1				День: среда				№ рецептуры	Цена
		Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность			
Белки	Жиры				Углеводы						
Завтрак		Тефтели мясные с соусом	50/20	4,43	10,25	7,39	141,91	279			
		Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	100	0,88	22,74	4,49	226,13	171			
		Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376			
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560		70-00	
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	380	7,69	33,91	40,32	513,24				
Итого за Завтрак											
Обед		Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102			
		Сосиски отварные	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243			
		Макаронные изделия отварные с маслом.	120	4,35	4,66	24,4	156,86	203			
		Салат из белокочанной капусты свежей	30	0,39	0,97	1,88	17,88	45			
		Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	38,05	161,43	349				
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560			
		Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527			
		Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	630	20,96	28,77	104,67	787,28			100-00	
Итого за Обед											
Льготная категория питающихся (Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102			
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560			
		Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14			
		Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	38,05	161,43	349			45-39	
		Компот из смеси сухофруктов	404	6,95	7,72	61,29	367,27				
		Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р	1 414	35,6	70,4	206,28	1667,79			215-39	
Итого за день											

(лист 4)

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 1				День: четверг				№ рецептуры	Цена
		Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность			
Белки	Жиры				Углеводы						
Завтрак		Суп молочный с овсяной крупой	180	5,33	5,34	16,14	133,92	101			
		Какао с молоком..	180	3,48	2,79	22,65	130,82	382			
		Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14			
		Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15			
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560		70-00	
			Хлеб пшеничный(обогащенный)	404	15,8	17,83	53,78	454,38			
Итого за Завтрак											
Обед		Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82			
		Плов из курицы	160	16,39	19,53	27,93	355,95	291			
		Салат из моркови с сахаром	30	0,37	0,03	3,44	24,51	62			
		Кофейный напиток	180			17,96	71,82	379			
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560			
			Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		100-00
		Итого за Обед	610	26,13	35,32	108,18	878,28				
Итого за день											
Льготная категория питающихся (Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82			
		Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82			

Хлеб пшеничный(обогашенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Кофейный напиток .	180			17,96	71,82	379
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	400	6,13	14,4	59,93	405,02	45-39
Итого за день	1 414	48,06	67,55	221,89	1737,68	215-39

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 1			День: пятница			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Белки	Жиры			
Завтрак	Печень, тушенная в соусе	50/20	9,61	6,7	6,29	124,54	261			
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	100	5,64	5,99	27,64	189,97	171			
	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376			
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	70-00		
		380	17,63	13,61	62,37	459,71				
Итого за Завтрак										
Обед	Суп картофельный с крупой(яичневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101			
	Котлеты ,биточки мясные.	50	6,28	14,35	7,55	185,04	268			
	Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128			
	Икра свекольная	30	0,41	2,28	2,82	33,27	75			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	38,05	161,43	349				
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560			
	Хлеб ржано-пшеничный(обогатченный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527			
		620	16,62	28,22	102,29	752,09		100-00		
Итого за Обед										
Льготная категория питающихся (Суп картофельный с крупой(яичневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101			
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560			
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	38,05	161,43	349				
		404	4,14	5,67	57,75	317,27		45-39		
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р										
Итого за День		1 404	38,39	47,5	222,41	1529,07		215-39		

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2			День: понедельник			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Белки	Жиры			
Завтрак	Суп молочный с вермишелью.	180	3,94	3,42	12,93	108	120			
	Кофейный напиток	180			17,96	71,82	379			
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560			
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14			
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9	72	72	15			
		404	10,93	13,12	45,88	369,46		70-00		
Итого за Завтрак										
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88			
	Жаркое по-домашнему	160	11,63	28,4	15,73	367,74	259			
	Горошек овощной .	30	0,89	0,06	1,86	11,43	131			
	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376			
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560			
Хлеб ржано-пшеничный(обогатченный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527				

Итого за Обед	610	18,77	34,4	64,25	658,57	100-00
Льготная категория питающихся (
Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88
Хлеб пшеничный(обогатенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р	400	3,01	4,58	29,78	186,6	45-39
Итого за день	1 414	32,71	52,1	139,91	1214,63	215-39

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2				День: вторник			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/20	6,83	3,47	2,66	73,5	229		
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	100	4,36	5,02	23,74	159,81	171		
	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376		
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	70-00	
	Итого за Завтрак		380	13,57	9,41	54,84	378,51		
Обед	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102		
	Птица тушенная в соусе сметанном/	70	8,36	7,08	2,46	107,1	290		
	Макаронные изделия отварные с маслом.	120	4,35	4,66	24,4	156,86	203		
	Салат из квашеной капусты.	30	0,51	1,5	2,54	25,71	47		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349		
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогатченный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		
	Итого за Обед		640	23,38	19,42	107,52	723,3		100-00
	Льготная категория питающихся (Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
		Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Масло сливочное (порциями)		4	0,03	2,9	0,05	26,44	14		
Компот из смеси сухофруктов		180	0,99		38,05	161,43	349		
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р			404	6,95	7,72	61,29	367,27		45-39
Итого за день			1 424	43,9	36,55	223,65	1469,08		215-39

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2				День: среда			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Запеканка из творога с молоком сгущенным	100/20	17,54	13,27	33,6	324	223		
	Кофейный напиток	180			17,96	71,82	379		
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560		
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14		
	Итого за Завтрак		334	19,89	17,07	66,55	513,46		70-00
Обед	Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108		
	Тестели мясные с соусом	70	4,43	10,25	7,39	141,91	279		
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171		
	Винегрет овощной	30	0,42	3,01	2,19	37,53	67		
	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376		
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
Итого за Обед		20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		

Итого за Обед	640	13,59	46,2	70,34	773,79	100-00
Льготная категория питающихся (
Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14
Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376
Итого за Льготная категория питающихся (5-1 кл) по 45,39р	404	4,48	7,19	38,54	256,64	45-39
Итого за день	1 378	37,96	70,46	175,43	1543,89	215-39

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2			День: четверг			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жир					
			Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,4	204			
	Какао с молоком..	180	3,48	2,79	22,65	130,82	382			
	Хлеб пшеничный(обогатенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560			
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14			
	Итого за Завтрак		414	19,37	22,51	71,75	582,86		70-00	
Обед	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96			
	Печень, тушенная в соусе	70	9,61	6,7	6,29	124,54	261			
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	120	6,77	7,19	33,17	227,96	171			
	Овощи соленные (огурец).	30	0,12		19,5	75	70			
	Итого за Обед		640	23,88	19,92	133,43	828,33		100-00	
Льготная категория питающихся (Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96			
	Хлеб пшеничный(обогатенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560			
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349			
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р		404	4,17	7,57	57,64	334,47		45-39	
Итого за День		1 458	47,42	50	262,82	1745,66		215-39		

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2			День: пятница			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Жир					
			Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	Птица отварная с соусом.	50/20	16,81	21,48	1,06	264,57	288			
	Рис припущенный	100	2,43	2,87	24,45	133,3	305			
	Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376			
	Хлеб пшеничный(обогатенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560			
	Итого за Завтрак		384	21,65	28,17	54	569,51		70-00	
Обед	Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82			
	Сосиски отварные .	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243			
	Каша рассыпчатая перловая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171			
	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	30	0,42	1,8	2,48	27,84	52			
	Итого за Обед		630	17,8	61,99	85,17	980,42		100-00	

Итого за период	14 222	405,07	593,76	2042,42	15580,83
Среднее значение за период		40,5	59,4	204,2	1558,1

Составил _____ Администратор

Утвердил _____



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
180	Каша жидкая молочная из манной крупы . <small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-211, Бел-5, Жир-9, Угл-27		181
180	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак			70-00	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с вермишелью <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
50	Котлеты рубленые из филе птицы. <small>филе цб, молоко с м.д.ж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное., соль йодированная</small>	ЭЦ-169, Бел-8, Жир-12, Угл-8		294
120	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <small>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
30	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Суп картофельный с вермишелью <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
120	Омлет натуральный. <i>яйцо куриное, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-12, Жир-21, 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
180	Кофейный напиток . <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-72, Угл-18		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			70-00	
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
70/30	Рыба, тушенная в томате с овощами <i>минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
120	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
180/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-56, Угл-14		377
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-56, Угл-14		377
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н. _____

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

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>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная</small>			
100	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-226, Бел-1, Жир-23, Угл-4		171
	<small>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</small>			
180	Чай с сахаром.	ЭЦ-54, Угл-14		376
	<small>сахар, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак		ЭЦ-513, Бел-8, Жир-34, Угл-40	70-00	
Обед				
200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
	<small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная</small>			
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	Макаронные изделия отварные с маслом.	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
	<small>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</small>			
30	Салат из белокачанной капусты свежей	ЭЦ-18, Жир-1, Угл-2		45
	<small>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная</small>			
180	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	<small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-787, Бел-21, Жир-29, Угл-105	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
	<small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная</small>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	<small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>			
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-367, Бел-7, Жир-8, Угл-61	45-39	
Итого за день		ЭЦ-1 668, Бел-36, Жир-70, Угл-206	215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
180	Суп молочный с овсяной крупой <small>молоко с м.д.ж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-134, Бел-5, Жир-5, Угл-16		101
180	Какао с молоком.. <small>молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-131, Бел-3, Жир-3, Угл-23		382
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			ЭЦ-454, Бел-16, Жир-18, Угл-54	70-00
<u>Обед</u>				
200	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
160	Плов из курицы <small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная</small>	ЭЦ-356, Бел-16, Жир-20, Угл-28		291
30	Салат из моркови с сахаром <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-25, Угл-3		62
180	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-72, Угл-18		379
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			ЭЦ-878, Бел-26, Жир-35, Угл-108	100-00
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-72, Угл-18		379
Итого за день			ЭЦ-405, Бел-6, Жир-14, Угл-60	45-39
Итого за день			ЭЦ-1 738, Бел-48, Жир-68, Угл-222	215-39

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

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 <i>печень, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
100	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-190, Бел-6, Жир-6, Угл-28		171
180	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			70-00	
Обед				
200	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
50	Котлеты ,биточки мясные. <i>свинина, молоко с мдже 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-185, Бел-6, Жир-14, Угл-8		268
120	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с мдже 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
30	Икра свекольная <i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-33, Жир-2, Угл-3		75
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за день			45-39	
Итого за день			215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер репертуры
<u>Завтрак</u>				
180	Суп молочный с вермишелью. <i>молоко с жиром 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-108, Бел-4, Жир-3, Угл-13		120
180	Кофейный напиток. <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-72, Угл-18		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак			70-00	
<u>Обед</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
160	Жаркое по-домашнему <i>картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-368, Бел-12, Жир-28, Угл-16		259
30	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-11, Бел-1, Угл-2		131
180	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
Итого за день			215-39	
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/20	Рыба, тушенная в томате с овощами <small>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
100	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <small>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-160, Бел-4, Жир-5, Угл-24		171
180	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак			70-00	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с горохом . <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
70	Птица тушенная в соусе сметанном/ <small>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</small>	ЭЦ-107, Бел-8, Жир-7, Угл-2		290
120	Макаронные изделия отварные с маслом. <small>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
30	Салат из квашеной капусты <small>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</small>	ЭЦ-26, Бел-1, Жир-2, Угл-3		47
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Суп картофельный с горохом . <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за день			215-39	
Итого за день			45-39	
Итого за день			45-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
100/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	ЭЦ-324, Бел-18, Жир-13, Угл-34		223
	<i>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, яйцо куриное, соль йодированная</i>			
180	Кофейный напиток .	ЭЦ-72, Угл-18		379
	<i>сахар, кофейный напиток</i>			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
Итого за Завтрак			70-00	
Обед				
200	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
	<i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная</i>			
70	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
	<i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная</i>			
120	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
	<i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>			
30	Винегрет овощной .	ЭЦ-38, Жир-3, Угл-2		67
	<i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</i>			
180	Чай с сахаром.	ЭЦ-54, Угл-14		376
	<i>сахар, чай черный</i>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
	<i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная</i>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Чай с сахаром.	ЭЦ-54, Угл-14		376
	<i>сахар, чай черный</i>			
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Макаронны отварные с сыром <i>макаронны, сыр, масло сливочное</i>	ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34		204
180	Какао с молоком.. <i>молоко с лдже 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-131, Бел-3, Жир-3, Угл-23		382
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
Итого за Завтрак			70-00	
Обед				
200	Рассольник Ленинградский <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
70	Печень, тушенная в соусе <i>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
30	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Рассольник Ленинградский <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

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.	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
	<small>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная</small>			
100	Рис припущенный	ЭЦ-133, Бел-2, Жир-3, Угл-24		305
	<small>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</small>			
180	Чай с сахаром.	ЭЦ-54, Угл-14		376
	<small>сахар, чай черный</small>			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
Итого за Завтрак			70-00	
Обед				
200	Борщ с капустой и картофелем..	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
	<small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>			
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	Каша рассыпчатая перловая с маслом.	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
	<small>крупа перловая, масло сливочное, соль йодированная</small>			
30	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	ЭЦ-28, Жир-2, Угл-2		52
	<small>свекла, масло растительное.</small>			
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Борщ с капустой и картофелем..	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
	<small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			215-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430372

Владелец Артамонов Александр Сергеевич

Действителен с 17.04.2024 по 17.04.2025