

## Меню приготовляемых блюд

День: понедельник

Неделя: 1

Рацион: ОВЗ

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>404</b>	<b>12,34</b>	<b>18,34</b>	<b>55,84</b>	<b>454,26</b>		
Обед	Суп картофельный с вермишелью	150	1,61	1,7	10,47	70,95	103	
	Котлеты рубленые из филе птицы.	50	7,83	11,87	7,65	169,49	294	
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	100	4,36	5,02	23,74	159,81	171	
	Овощи соленные (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	79-94	
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>16,45</b>	<b>19,19</b>	<b>109,37</b>	<b>697,48</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>934</b>	<b>28,79</b>	<b>37,53</b>	<b>165,21</b>	<b>1151,74</b>		<b>149-94</b>

(лист 2)

День: вторник

Неделя: 1

Рацион: ОВЗ

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 свежкл 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	70-00
	<b>Итого за Завтрак</b>		<b>390</b>	<b>14,68</b>	<b>25,3</b>	<b>40,12</b>	<b>344,18</b>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем.	150	1,06	2,97	4,74	53,85	88	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	50	4,88	2,48	1,9	52,5	229	
	Картофельное пюре с маслом	100	2,15	6,22	14,45	125,12	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	79-94
<b>Итого за Обед</b>		<b>522</b>	<b>9,75</b>	<b>12,29</b>	<b>44,88</b>	<b>348,68</b>		<b>149-94</b>
<b>Итого за день</b>		<b>912</b>	<b>24,43</b>	<b>37,59</b>	<b>85</b>	<b>692,86</b>		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
			Неделя: 1					
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
	Итого за Завтрак	380	7,69	33,91	40,32	513,24		
Обед	Суп картофельный с горохом	150	3,29	3,16	9,92	88,95	102	
	Сосиски отварные	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243	
	Макаронные изделия отварные с маслом.	100	3,63	3,89	20,33	130,71	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	79-94	
Итого за Обед	540	15,9	25,58	80,41	638,68		149-94	
Итого за День	920	23,59	59,49	120,73	1151,92		(лист 4)	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
			Неделя: 1					
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
	Итого за Завтрак	404	15,8	17,83	53,78	454,38		
Обед	Борщ с капустой и картофелем..	150	3,45	10,35	24,01	204,3	82	
	Плов из курицы	120	12,3	14,65	20,94	266,96	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	79-94
	Итого за Обед	500	17,66	25,63	76,31	628,39		149-94
Итого за День	904	33,46	43,46	130,09	1082,77			



Рацион: ОВЗ	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
				День: пятница					
				Белки	Жиры	Углеводы			
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(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	70-00
<b>Итого за Завтрак</b>			380	17,63	13,61	62,37	459,71		
Обед		Суп картофельный с крупой(ячневый)	150	1,18	1,63	7,27	51,45	101	
		Котлеты ,биточки мясные.	50	6,28	14,35	7,55	185,04	268	
		Картофельное пюре с маслом	100	2,15	6,22	14,45	125,12	128	
		Икра свекольная	30	0,41	2,28	2,82	33,27	75	
		Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	0,6	38,05	161,43	349	
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	79-94
			530	12,55	25,08	80,1	617,11		149-94
<b>Итого за Обед</b>			910	30,18	38,69	142,47	1076,82		
<b>Итого за день</b>									(лист 6)

Рацион: ОВЗ	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
				День: понедельник					
				Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак		Суп молочный с вермишелью.	180	3,94	3,42	12,93	108	120	
		Кофейный напиток .	180			17,96	71,82	379	
		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	
			404	10,93	13,12	45,88	369,46		70-00
<b>Итого за Завтрак</b>									
Обед		Щи из свежей капусты с картофелем.	150	1,06	2,97	4,74	53,85	88	
		Жаркое по-домашнему	120	8,72	21,3	11,8	275,81	259	
		Горошек овощной ( консервированный).	30	0,89	0,06	1,86	11,43	131	
		Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376	
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	79-94
<b>Итого за Обед</b>			500	12,27	24,95	41,86	455,89		149-94
<b>Итого за день</b>			904	23,2	38,07	87,74	825,35		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Неделя: 2					
			Белки	Жиры	Углеводы			
Рацион: ОВЗ								
День: вторник								
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(обогатенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	70-00
		380	13,57	9,41	54,84	378,51		
Итого за Завтрак								
Обед	Суп картофельный с горохом	150	3,29	3,16	9,92	88,95	102	
	Птица тушенная в соусе сметанном/	50	5,97	5,06	1,76	76,5	290	
	Макаронные изделия отварные с маслом.	100	3,63	3,89	20,33	130,71	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(обогатенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	79-94
		530	15,93	14,21	82,56	544,1		149-94
		910	29,5	23,62	137,4	922,61		
Итого за Обед								
Итого за день								

(лист 8)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Неделя: 2					
			Белки	Жиры	Углеводы			
Рацион: ОВЗ								
День: среда								
Завтрак	Запеканка из творога с молоком стуженным	100/20	17,54	13,27	33,6	324	223	
	Кофейный напиток	180			17,96	71,82	379	
	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	70-00
		334	19,89	17,07	66,55	513,46		
Итого за Завтрак								
Обед	Суп картофельный с клецками.	150	2,13	2,76	11,28	86,55	108	
	Тефтели мясные с соусом	50	3,16	7,32	5,28	101,36	279	
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	100	0,88	22,74	4,49	226,13	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(обогатенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	79-94
		530	8,19	36,45	46,7	566,37		149-94
		864	28,08	53,52	113,25	1079,83		
Итого за Обед								
Итого за день								



Рацион: ОВЗ	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Неделя: 2			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
				День: четверг					
				Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>		Макароны 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(обогатщенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
		Масло сливочное ( порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14	70-00
		<b>Итого за Завтрак</b>	<b>414</b>	<b>19,37</b>	<b>22,51</b>	<b>71,75</b>	<b>582,86</b>		
<b>Обед</b>		Рассольник Ленинградский	150	1,21	3,05	7,19	64,35	96	
		Печень, тушенная в соусе	50	6,87	4,79	4,49	88,96	261	
		Каша рассыпчатая гречневая с маслом	100	5,64	5,99	27,64	189,97	171	
		Овощи соленые (огурец).	30	0,12		19,5	75	70	
		<b>Итого за Обед</b>	<b>944</b>	<b>35,74</b>	<b>36,94</b>	<b>178,58</b>	<b>1223,37</b>		<b>149-94</b>

(лист 10)

Рацион: ОВЗ	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Неделя: 2			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
				День: пятница					
				Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>		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(обогатщенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
		Масло сливочное ( порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14	70-00
		<b>Итого за Завтрак</b>	<b>384</b>	<b>21,65</b>	<b>28,17</b>	<b>54</b>	<b>569,51</b>		
<b>Обед</b>		Борщ с капустой и картофелем..	150	3,45	10,35	24,01	204,3	82	
		Сосиски отварные .	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243	
		Каша рассыпчатая перловая с маслом.	100	0,88	22,74	4,49	226,13	171	
		Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	30	0,42	1,8	2,48	27,84	52	
		<b>Итого за Обед</b>	<b>924</b>	<b>34,9</b>	<b>80,8</b>	<b>113,39</b>	<b>1343,81</b>		<b>149-94</b>

Итого за период	9 126	291,87	449,71	1273,86	10551,08
Среднее значение за период		29,2	45	127,4	1055,1

Составил \_\_\_\_\_  
 Администратор

Утвердил \_\_\_\_\_



## (ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
180	<b>Каша жидкая молочная из манной крупы .</b> <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	<b>Чай с сахаром.</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		14
10	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<u>Обед</u>				
150	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</small>	ЭЦ-71, Бел-2, Жир-2, Угл-10		103
50	<b>Котлеты рубленые из филе птицы.</b> <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
100	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b> <small>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-160, Бел-4, Жир-5, Угл-24		171
30	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b>Завтрак</b>				
120	<b>Омлет натуральный.</b> <i>яйцо куриное, молоко с мдже 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-12, Жир-21, Угл-2		210
60	<b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b> <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
180	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-72, Угл-18		379
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-54, Бел-1, Жир-3, Угл-5		88
50	<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b>	ЭЦ-53, Бел-5, Жир-2, Угл-2		229
100	<b>Картофельное пюре с маслом</b> <i>картофель, молоко с мдже 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-2, Жир-6, Угл-14		128
180/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимоны, чай чертовый</i>	ЭЦ-56, Угл-14		377
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У) \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

ИП Шаповалов  
Н.И.





## (ОВЗ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Завтрак</b>				
50/20	<b>Тефтели мясные с соусом</b> <i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная</i>	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
100	<b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b> <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-226, Бел-1, Жир-23, Угл-4		171
180	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох коловый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-10		102
60	<b>Сосиски отварные .</b>	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
100	<b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b> <i>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-131, Бел-4, Жир-4, Угл-20		203
30	<b>Салат из белокачанной капусты свежей</b> <i>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	ЭЦ-18, Жир-1, Угл-2		45
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b><u>Завтрак</u></b>				
180	<b>Суп молочный с овсяной крупой</b> <i>молоко с м.д.ж.е 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-134, Бел-5, Жир-5, Угл-16		101
180	<b>Какао с молоком..</b> <i>молоко с м.д.ж.е 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-131, Бел-3, Жир-3, Угл-23		382
4	<b>Масло сливочное (порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		14
10	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-204, Бел-3, Жир-10, Угл-24		82
120	<b>Плов из курицы</b> <i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная</i>	ЭЦ-267, Бел-12, Жир-15, Угл-21		291
30	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь, сахар</i>	ЭЦ-25, Угл-3		62
180	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-72, Угл-18		379
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b>Завтрак</b>				
50/20	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <i>печень, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
100	<b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-190, Бел-6, Жир-6, Угл-28		171
180	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-51, Бел-1, Жир-2, Угл-7		101
50	<b>Котлеты, биточки мясные.</b> <i>свинина, молоко с м.ж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-185, Бел-6, Жир-14, Угл-8		268
100	<b>Картофельное пюре с маслом</b> <i>картофель, молоко с м.ж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-125, Бел-2, Жир-6, Угл-14		128
30	<b>Икра свекольная</b> <i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-33, Жир-2, Угл-3		75
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b>Завтрак</b>				
180	<b>Суп молочный с вермишелью.</b> <i>молоко с м.д.ж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-108, Бел-4, Жир-3, Угл-13		120
180	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-72, Угл-18		379
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		14
10	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-54, Бел-1, Жир-3, Угл-5		88
120	<b>Жаркое по-домашнему</b> <i>картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-276, Бел-9, Жир-21, Угл-12		259
30	<b>Горошек овощной ( консервированный).</b>	ЭЦ-11, Бел-1, Угл-2		131
180	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b>Завтрак</b>				
50/20	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами</b> <i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
100	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b> <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-160, Бел-4, Жир-5, Угл-24		171
180	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-10		102
50	<b>Птица тушеная в соусе сметанном/</b> <i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-77, Бел-6, Жир-5, Угл-2		290
100	<b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b> <i>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-131, Бел-4, Жир-4, Угл-20		203
30	<b>Салат из квашеной капусты</b> <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>	ЭЦ-26, Бел-1, Жир-2, Угл-3		47
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b>Завтрак</b>				
100/20	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным .</b>	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	<b>Кофейный напиток .</b>	ЭЦ-72, Угл-18		379
	<i>сахар, кофейный напиток</i>			
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Суп картофельный с клецками.</b>	ЭЦ-87, Бел-2, Жир-3, Угл-11		108
	<i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная</i>			
50	<b>Тефтели мясные с соусом</b>	ЭЦ-101, Бел-3, Жир-7, Угл-5		279
	<i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная</i>			
100	<b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b>	ЭЦ-226, Бел-1, Жир-23, Угл-4		171
	<i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>			
30	<b>Винегрет овощной .</b>	ЭЦ-38, Жир-3, Угл-2		67
	<i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</i>			
180	<b>Чай с сахаром.</b>	ЭЦ-54, Угл-14		376
	<i>сахар, чай черный</i>			
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b>Завтрак</b>				
200	<b>Макароны отварные с сыром</b> <i>макароны, сыр, масло сливочное</i>	ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34		204
180	<b>Какао с молоком.</b> <i>молоко с мдже 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-131, Бел-3, Жир-3, Угл-23		382
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Рассольник Ленинградский</b> <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-64, Бел-1, Жир-3, Угл-7		96
50	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <i>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-89, Бел-7, Жир-5, Угл-4		261
100	<b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-190, Бел-6, Жир-6, Угл-28		171
30	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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
<b>Завтрак</b>				
50/20	<b>Птица отварная с соусом.</b> <small>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная</small>	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
100	<b>Рис припущенный</b> <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-133, Бел-2, Жир-3, Угл-24		305
180	<b>Чай с сахаром.</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-54, Угл-14		376
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
4	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>70-00</b>	
<b>Обед</b>				
150	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-204, Бел-3, Жир-10, Угл-24		82
60	<b>Сосиски отварные .</b>	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
100	<b>Каша рассыпчатая перловая с маслом.</b> <small>крупа перловая, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-226, Бел-1, Жир-23, Угл-4		171
30	<b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b> <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-28, Жир-2, Угл-2		52
180	<b>Сок фруктовый или ягодный .</b>	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
<b>Итого за Обед</b>			<b>79-94</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>149-94</b>	

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