

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
220	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мд.жс 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-234, Бел-6, Жир-10, Угл-30		181
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак		ЭЦ-645, Бел-18, Жир-22, Угл-88	78-78	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
150	Омлет натуральный. яйцо куриное, молоко с мдэ 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-17, Угл-2		210
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак			ЭЦ-486, Бел-18, Жир-24, Угл-70	78-78

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/30	Тефтели мясные с соусом <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
150	Каша рассыпчатая ячневая с маслом. <i>крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-719, Бел-13, Жир-41, Угл-71	78-78	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
220	Суп молочный с овсяной крупой <i>молоко с мдэс 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-149, Бел-6, Жир-6, Угл-18		101
200	Какао с молоком.. <i>молоко с мдэс 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
5	Масло сливочное (	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-645, Бел-22, Жир-22, Угл-86		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

(1шт)

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/30	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
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-658, Бел-24, Жир-17, Угл-97	78-78	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
220	Суп молочный с вермишелью. <i>молоко с мдж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-120, Бел-4, Жир-4, Угл-14		120
200	Кофейный напиток. <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак		ЭЦ-550, Бел-17, Жир-16, Угл-77	78-78	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/30	Рыба, тушенная в томате с овощами <i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная</i>	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3		229
150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-571, Бел-20, Жир-13, Угл-89	78-78	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

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

Завтрак

120/30	Запеканка из творога с молоком сгущенным . <i>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, яйцо куриное, соль йодированная</i>	ЭЦ-324, Бел-18, Жир-13, Угл-34		223
200	Кофейный напиток . <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386

Итого за Завтрак ЭЦ-717, Бел-26, Жир-17, Угл-106**78-78**Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многоетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
220	Макароны отварные с сыром <i>макароны, сыр, масло сливочное</i>	ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34	50-34	204
200	Какао с молоком.. <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25	18-00	382
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17	2-97	560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25	2-34	527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4	5-00	14
Итого за Завтрак			78-65	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ с 12 лет и старше (СВО и Многодетные)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/30	Птица отварная с соусом. <i>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
150	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак			ЭЦ-730, Бел-27, Жир-28, Угл-88	78-78

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.