(1пн)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
250	Каша жидкая молочная из манной крупы . *молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная*	ЭЦ-293, Бел-7, Жир-12, Угл-38		181
200	Чай с сахаром. *сахар, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		376
45	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-105, Бел-4, Угл-21		560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		15
	Итого за Завтрак	ЭЦ-615, Бел-16, Жир-19, Угл-92	96-00	
	Обед			
250	Суп картофельный с вермишелью *картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
90/20	Тефтели мясные с соусом *свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат , крупа рисовая, соль йодированная*	ЭЦ-223, Бел-7, Жир-16, Угл-12		279
180	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом *крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43		171
100	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. *свекла, масло растительное.*	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
200	Компот из смеси сухофруктов *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-1 017, Бел-23, Жир-35, Угл-146	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	Суп картофельный с вермишелью *картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
180	Компот из смеси сухофруктов *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-359, Бел-5, Жир-7, Угл-65	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-1 991, Бел-44, Жир-61, Угл-302		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____ Повар _____ ИП Шаповалов Н.Н. _____

(1вт)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
200	**Омлет натуральный.** *яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-209, Бел-19, Жир-35, Угл-4		210
100	**Салат из свеклы отварной с растительным маслом.** *свекла, масло растительное.*	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
200	**Кофейный напиток .** *сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
	Итого за Завтрак	ЭЦ-521, Бел-25, Жир-41, Угл-60	96-00	
	Обед			
250	**Щи из свежей капусты с картофелем.** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная*	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
90/20	**Рыба, тушенная в томате с овощами** *минтай, морковь, томат , лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная*	ЭЦ-116, Бел-11, Жир-5, Угл-4		229
180	**Картофельное пюре с маслом** *картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
100	**Овощи соленые (огурец).**	ЭЦ-250, Угл-65		70
200/15/7	**Чай с сахаром и лимоном.** *сахар, лимоны, чай черный*	ЭЦ-62, Угл-15		377
25	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-858, Бел-20, Жир-22, Угл-142	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	**Щи из свежей капусты с картофелем.** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная*	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
20	**Хлеб пшеничный(обогашенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	**Масло сливочное (порциями)**	ЭЦ-33, Жир-4		14
180/15/7	**Чай с сахаром и лимоном.** *сахар, лимоны, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		377
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-226, Бел-4, Жир-9, Угл-31	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-1 605, Бел-48, Жир-72, Угл-233		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____

(1ср)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
100	**Тефтели мясные с соусом** свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томат , соль йодированная	ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11		279
180	**Каша рассыпчатая ячневая с маслом.** крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8		171
200	**Чай с сахаром.** сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	**Хлеб пшеничный(обогашенный)**	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
40	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
	Итого за Завтрак	ЭЦ-828, Бел-13, Жир-56, Угл-65	**96-00**	
	Обед			
250	**Суп картофельный с горохом .** картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
100	**Котлеты рубленые из филе птицы.** филе цб, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-339, Бел-16, Жир-24, Угл-15		294
180	**Макаронные изделия отварные с маслом.** макароны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-235, Бел-7, Жир-7, Угл-37		203
100	**Салат из белокачанной капусты свежей** капуста белокочанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-60, Бел-1, Жир-3, Угл-6		45
200	**Компот из смеси сухофруктов** сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
25	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-1 077, Бел-33, Жир-40, Угл-140	**125-00**	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	**Суп картофельный с горохом .** картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
20	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	**Сыр твердый (порциями)**	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		15
180	**Компот из смеси сухофруктов** сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-392, Бел-10, Жир-8, Угл-64	**53-94**	
	Итого за день	ЭЦ-2 298, Бел-56, Жир-105, Угл-269		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____ Повар _____ ИП Шаповалов Н.Н. _____

(1чт)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
100	Птица тушеная в соусе сметанном/ филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-153, Бел-12, Жир-10, Угл-4		290
180	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-50		171
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
200	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
	Итого за Завтрак	ЭЦ-742, Бел-28, Жир-22, Угл-106	96-00	
	Обед			
250	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
100	Гуляш. свинина, лук репчатый, томат , масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-320, Бел-11, Жир-30, Угл-2		260
180	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
100	Салат из моркови с сахаром морковь, сахар	ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11		62
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-1 163, Бел-25, Жир-59, Угл-123	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
180	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-72, Угл-18		379
	а Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-492, Бел-7, Жир-21, Угл-67	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-2 397, Бел-60, Жир-102, Угл-297		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____

(1пт)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
100	***Печень, тушенная в соусе*** *печень ., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9		261
180	***Макаронные изделия отварные с маслом.*** *макароны, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-235, Бел-7, Жир-7, Угл-37		203
200	***Чай с сахаром и лимоном.*** *сахар, лимоны, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		377
30	***Хлеб пшеничный(обогащенный)***	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
40	***Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)***	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
	Итого за Завтрак	ЭЦ-631, Бел-25, Жир-17, Угл-92	***96-00***	
	Обед			
250	***Суп картофельный с крупой(ячневый)*** *картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-3, Угл-12		101
280	***Плов из курицы*** *цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат , соль йодированная*	ЭЦ-418, Бел-25, Жир-13, Угл-51		291
100	***Икра свекольная*** *свекла, томат , лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная*	ЭЦ-111, Бел-1, Жир-8, Угл-9		75
200	***Компот из смеси*** *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
25	***Хлеб пшеничный(обогащенный)***	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	***Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)***	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-910, Бел-33, Жир-23, Угл-138	***125-00***	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	***Суп картофельный с крупой(ячневый)*** *картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-3, Угл-12		101
20	***Хлеб пшеничный(обогащенный)***	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	***Масло сливочное (порциями)***	ЭЦ-33, Жир-4		14
180	***Компот из смеси*** *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-327, Бел-5, Жир-7, Угл-59	***53-94***	
	Итого за день	ЭЦ-1 868, Бел-63, Жир-47, Угл-290		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____

(2пн)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
250	Суп молочный с вермишелью. *молоко с мдж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная*	ЭЦ-150, Бел-5, Жир-5, Угл-18		120
200	Кофейный напиток . *сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-80, Угл-20		379
45	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-105, Бел-4, Угл-21		560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		15
	Итого за Завтрак	ЭЦ-496, Бел-14, Жир-12, Угл-78	96-00	
	Обед			
250	Щи из свежей капусты с картофелем. *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная*	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
280	Жаркое по-домашнему *картофель, свинина, лук репчатый, томат , масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-644, Бел-20, Жир-50, Угл-28		259
100	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-250, Угл-65		70
200	Чай с сахаром. *сахар, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		376
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-1 155, Бел-26, Жир-55, Угл-138	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	Щи из свежей капусты с картофелем. *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная*	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		15
180	Чай с сахаром. *сахар, чай черный*	ЭЦ-50, Угл-13		376
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-223, Бел-6, Жир-8, Угл-30	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-1 874, Бел-45, Жир-76, Угл-245		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____

(2вт)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
100	Рыба, тушенная в томате с овощами минтай, морковь, томат , лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
180	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43		171
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
	Итого за Завтрак	ЭЦ-611, Бел-22, Жир-15, Угл-93	96-00	
	Обед			
250	Суп картофельный с горохом картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
90/20	Птица тушеная в соусе сметанном/ филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-168, Бел-13, Жир-11, Угл-4		290
180	Макаронные изделия отварные с маслом. макароны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-235, Бел-7, Жир-7, Угл-37		203
100	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокочанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-60, Бел-1, Жир-3, Угл-6		45
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-907, Бел-31, Жир-27, Угл-129	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	Суп картофельный с горохом картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-389, Бел-8, Жир-9, Угл-64	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-1 907, Бел-61, Жир-51, Угл-286		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н.

(2ср)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
200	Запеканка из творога со сметаной.	ЭЦ-456, Бел-28, Жир-26, Угл-27		223
	творог, сметана, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные			
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20		379
	сахар, кофейный напиток			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
	Итого за Завтрак	ЭЦ-742, Бел-32, Жир-27, Угл-85	96-00	
	Обед			
250	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-144, Бел-4, Жир-5, Угл-19		108
	картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная			
90/20	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-223, Бел-7, Жир-16, Угл-12		279
	свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат , крупа рисовая, соль йодированная			
180	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8		171
	крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная			
100	Салат из моркови с сахаром	ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11		62
	морковь, сахар			
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-56, Угл-14		376
	сахар, чай черный			
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-1 028, Бел-17, Жир-62, Угл-87	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-144, Бел-4, Жир-5, Угл-19		108
	картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
180	Чай с сахаром.	ЭЦ-50, Угл-13		376
	сахар, чай черный			
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-274, Бел-5, Жир-8, Угл-41	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-2 044, Бел-54, Жир-98, Угл-213		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____

(2чт)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
250	**Макароны отварные с сыром** *макароны, сыр, масло сливочное*	ЭЦ-418, Бел-17, Жир-20, Угл-43		204
200	**Какао с молоком..** *молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок*	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
45	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-105, Бел-4, Угл-21		560
45	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-21		527
10	**Масло сливочное (порциями)**	ЭЦ-66, Жир-7		14
	Итого за Завтрак	ЭЦ-838, Бел-27, Жир-31, Угл-110	96-00	
	Обед			
250	**Борщ с капустой и картофелем..** *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная*	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
90/20	**Печень, тушенная в соусе** *печень ., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-196, Бел-15, Жир-11, Угл-10		261
180	**Картофельное пюре с маслом** *картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
100	**Салат из свеклы отварной с растительным маслом.** *свекла, масло растительное.*	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
200	**Компот из смеси сухофруктов** *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
25	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-1 150, Бел-31, Жир-46, Угл-150	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	**Борщ с капустой и картофелем..** *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная*	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
20	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	**Сыр твердый (порциями)**	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		15
180	**Компот из смеси сухофруктов** *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-585, Бел-11, Жир-20, Угл-87	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-2 572, Бел-68, Жир-97, Угл-347		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н.

Индивидуальный предприниматель Шаповалов Николай Николаевич ОГРНИП 315617300025222 Российская Федерация, Ростовская обл., г. Миллерово ИНН 614906094230

(2пт)

Меню с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак СВО, многодетные, малоимущие, ОВЗ 5-11 кл			
100	Птица отварная с соусом.	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-13, Угл-2		288
	цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная			
180	Рис припущенный	ЭЦ-240, Бел-4, Жир-5, Угл-44		305
	крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная			
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-56, Угл-14		376
	сахар, чай черный			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
	Итого за Завтрак	ЭЦ-635, Бел-23, Жир-18, Угл-93	96-00	
	Обед			
250	Суп картофельный с вермишелью	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
	картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная			
100	Котлеты ,биточки мясные.	ЭЦ-370, Бел-13, Жир-29, Угл-15		268
	свинина, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное., соль йодированная			
180	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-50		171
	крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная			
100	Капуста тушеная .	ЭЦ-74, Бел-2, Жир-3, Угл-10		321
	капуста белокочанная, томат , лук репчатый, масло сливочное, кислота лимонная., морковь, мука пшеничная высшего сорта			
200	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
	Итого за Обед	ЭЦ-1 105, Бел-32, Жир-46, Угл-136	125-00	
	Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)			
250	Суп картофельный с вермишелью	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
	картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
	за Льготная категория питающихся (ОВЗ 5-11кл)	ЭЦ-274, Бел-5, Жир-7, Угл-45	53-94	
	Итого за день	ЭЦ-2 014, Бел-61, Жир-71, Угл-274		

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н.

Индивидуальный предприниматель Шаповалов Николай Николаевич ОГРНИП 315617300003122 Россия, Ростовская обл., г. Миллерово ИНН 614906094230 Шаповалов Николай Николаевич