

МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
90	Птица отварная с соусом. <i>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-340, Бел-22, Жир-28, Угл-1		288
150	Рис припущенный <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-200, Бел-4, Жир-4, Угл-37		305
200	Чай с сахаром и лимоном. <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-56, Угл-14		377
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-735, Бел-29, Жир-33, Угл-80		
<u>Обед</u>				
250	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное, соль йодированная</i>	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
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-345, Бел-5, Жир-7, Угл-64		
Итого за день		ЭЦ-1 080, Бел-34, Жир-39, Угл-143		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



149-94

МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
230	Суп молочный с крупой(рисовый). молоко с м.д.ж 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар	ЭЦ-152, Бел-6, Жир-6, Угл-19		101
200	Какао с молоком.. молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-82, Бел-3, Угл-16		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
100	Фрукты или ягоды свежие (мандарин).	ЭЦ-52, Угл-11		338,01
Итого за Завтрак		ЭЦ-533, Бел-14, Жир-13, Угл-86		
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
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
Итого за Обед		ЭЦ-476, Бел-7, Жир-21, Угл-63		
Итого за день		ЭЦ-1 010, Бел-22, Жир-35, Угл-150		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



149-94

МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
90	Тефтели мясные с соусом свирина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат, крупа рисовая, соль йодированная	ЭЦ-182, Бел-6, Жир-13, Угл-10		279
150	Каша рассыпчатая ячневая с маслом. крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
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-717, Бел-11, Жир-48, Угл-58		
<u>Обед</u>				
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
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-416, Бел-10, Жир-9, Угл-69		
Итого за день		ЭЦ-1 133, Бел-21, Жир-57, Угл-127	149-94	



Повар

ИП Шаповалов



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

Завтрак

220	Суп молочный с овсяной крупой молоко с мдлж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-164, Бел-7, Жир-7, Угл-20		101
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-82, Бел-3, Угл-16		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
115	Йогурт кисло-молочный .(в стаканчике)	ЭЦ-212, Бел-12, Жир-4, Угл-16		386
Итого за Завтрак		ЭЦ-711, Бел-28, Жир-21, Угл-86		

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
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-407, Бел-8, Жир-9, Угл-68		

Итого за день ЭЦ-1 119, Бел-36, Жир-30, Угл-154 **149-94**

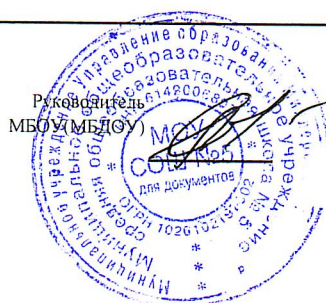
Повар

ИП Шаповалов



МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
150	Омлет натуральный. яйцо куриное, молоко с лдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-157, Бел-14, Жир-26, Угл-3		210
90	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-34, Бел-3, Угл-6		131
200	Какао с молоком.. молоко с лдж 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
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-476, Бел-25, Жир-30, Угл-62		
<u>Обед</u>				
250	Щи из свежей капусты с картофелем . капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-5, Угл-8		73
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-344, Бел-4, Жир-9, Угл-60		
Итого за день		ЭЦ-820, Бел-29, Жир-39, Угл-122		



Повар

ИП Шаповалов
Н.П.

МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
90	Печень, тушенная в соусе <i>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-160, Бел-12, Жир-9, Угл-8		261
150	Макаронные изделия отварные с маслом. <i>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31		203
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-56, Угл-14		376
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-551, Бел-22, Жир-15, Угл-80		
Обед				
250	Суп картофельный с клецками . <i>картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-87, Бел-2, Жир-3, Угл-12		91
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-385, Бел-9, Жир-9, Угл-64		
Итого за день		ЭЦ-937, Бел-31, Жир-25, Угл-144		

Руководитель
МБОУ (МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
220	Суп молочный с макаронными изделиями. молоко с м.д.ж 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар	ЭЦ-160, Бел-6, Жир-6, Угл-21		100
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-82, Бел-3, Угл-16		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
100	Фрукты или ягоды свежие (мандарин).	ЭЦ-52, Угл-11		338,01
Итого за Завтрак		ЭЦ-547, Бел-16, Жир-16, Угл-82		
Обед				
250	Борщ с капустой и картофелем. свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., сахар	ЭЦ-103, Бел-2, Жир-5, Угл-13		63
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
Итого за Обед		ЭЦ-238, Бел-4, Жир-9, Угл-36		
Итого за день		ЭЦ-785, Бел-19, Жир-25, Угл-118		

Руководитель
МБОУ МБДОУ

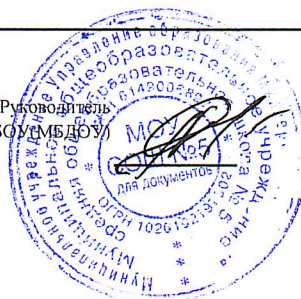
Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
150	Запеканка из творога с молоком сгущенным . <i>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, яйцо куриное, соль йодированная</i>	ЭЦ-405, Бел-22, Жир-17, Угл-42		223
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	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
100	Фрукты свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
Итого за Завтрак		ЭЦ-629, Бел-26, Жир-17, Угл-91		
<u>Обед</u>				
250	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-105, Бел-3, Жир-3, Угл-17		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-364, Бел-5, Жир-7, Угл-69		
Итого за день		ЭЦ-993, Бел-31, Жир-24, Угл-159	149-94	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаловалов



МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
220	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с жиром 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-257, Бел-6, Жир-11, Угл-33		181
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-82, Бел-3, Угл-16		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	Сок фруктовый или ягодный (0,2л)шт	ЭЦ-424, Бел-5, Жир-1, Угл-101		389,01
Итого за Завтрак		ЭЦ-1 017, Бел-21, Жир-22, Угл-185		
Обед				
250	Суп картофельный рыбный картофель, мидий, лук репчатый, морковь, помидор, масло растительное, яйцо куриное, соль йодированная	ЭЦ-112, Бел-6, Жир-3, Угл-16		90,01
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-410, Бел-13, Жир-9, Угл-67		
Итого за день		ЭЦ-1 427, Бел-34, Жир-31, Угл-252		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



149-94

МЕНЮ (ОВЗ) 1-4кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
90	Гуляш. <i>свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</i>	ЭЦ-288, Бел-10, Жир-27, Угл-2		260
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупка гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
60	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-150, Угл-39		70
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-56, Угл-14		376
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-918, Бел-23, Жир-36, Угл-124		
Обед				
250	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</i>	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
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Итого за Обед		ЭЦ-407, Бел-8, Жир-9, Угл-68		
Итого за день		ЭЦ-1 325, Бел-31, Жир-45, Угл-193		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

