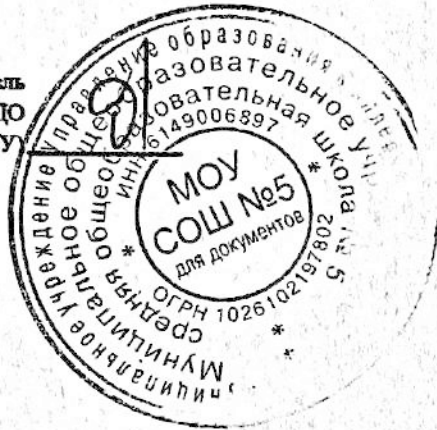


## Буфет МОУ СОШ №5 (Хлеб и напитки)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	3-00	560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	3-00	527
200	<b>Чай с сахаром.</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15	5-00	376
200	<b>Чай с сахаром. (пакетированный)</b> <small>сахар, чай черный пакетир.</small>	ЭЦ-60, Угл-15	15-00	376
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном(пакетированный)</b> <small>сахар, лимоны, чай черный пакетир.</small>	ЭЦ-62, Угл-15	15-00	377
200	<b>Кофейный напиток.</b> <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20	10-00	379
200	<b>Какао с молоком..</b> <small>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25	20-00	382
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42	15-00	349
200	<b>Компот из апельсинов.</b> <small>апельсины, сахар, цедра</small>	ЭЦ-141, Угл-34	20-00	346
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <small>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-128, Угл-31	15-00	354
200	<b>Кисель из яблок свежих.</b> <small>яблоки свежие, сахар, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-120, Угл-29	15-00	352
200	<b>Сок фруктовый или ягодный .</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20	25-00	389
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-1 252, Бел-13, Жир-6, Угл-281		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 252, Бел-13, Жир-6, Угл-281		

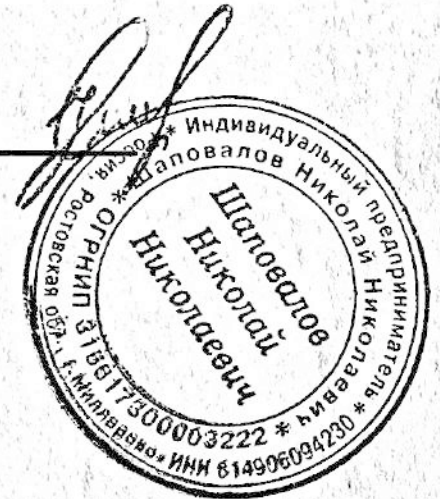
Руководитель  
МБОУ(МБДО



Повар

*[Handwritten signature]*

ИП Шаповалов  
Н.Н.



мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное.

70	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой.</b>	ЭЦ-14, Бел-7, Жир-3, Угл-21	25-00	406
	<small>капуста белокочанная, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, масло растительное., сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, петрушка (корень)</small>			
70	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем с луком.</b>	ЭЦ-14, Бел-7, Жир-3, Угл-21	25-00	406
	<small>мука пшеничная высшего сорта, картофель, лук репчатый, яйцо куриное, сахар, маргарин, масло растительное., дрожжи сухие, соль йодированная</small>			
70	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками.</b>	ЭЦ-14, Бел-7, Жир-3, Угл-21	25-00	406,01
	<small>мука пшеничная высшего сорта, яблоки свежие., сахар, яйцо куриное, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное.</small>			
60	<b>Колбасные изделия запеченные в тесте (колбаса в тесте)</b>	ЭЦ-16, Бел-1, Жир-1, Угл-2	35-00	420
	<small>колбаса вареная, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная</small>			
100	<b>Колбасные изделия запеченные в тесте (колбаса в тесте)</b>	ЭЦ-27, Бел-1, Жир-1, Угл-3	45-00	420
	<small>колбаса вареная, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная</small>			
60	<b>Колбасные изделия запеченные в тесте (сосиски в тесте)</b>	ЭЦ-16, Бел-1, Жир-1, Угл-2	35-00	420
	<small>сосиски, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная</small>			
100	<b>Колбасные изделия запеченные в тесте (сосиски в тесте)</b>	ЭЦ-27, Бел-1, Жир-1, Угл-3	45-00	420
	<small>сосиски, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная</small>			
100	<b>Гамбургер с сосиской.</b>	ЭЦ-153, Бел-8, Жир-3, Угл-23	55-00	11
	<small>булочка "школьная", сосиски, морковь, томат</small>			
150	<b>Гамбургер с сосиской.</b>	ЭЦ-230, Бел-12, Жир-5, Угл-35	<del>70-00</del>	11
	<small>булочка "школьная", сосиски, морковь, томат</small>			
150	<b>Гамбургер с котлетой.</b>	ЭЦ-153, Бел-8, Жир-3, Угл-23	70-00	11
	<small>булочка "школьная", котлета, морковь, томат</small>			

**Итого за Обед** ЭЦ-3 912, Бел-241, Жир-214, Угл-685

**Итого за день** ЭЦ-3 912, Бел-241, Жир-214, Угл-685

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

*Синь*

ИИФ Шаповалов  
Н.Н.



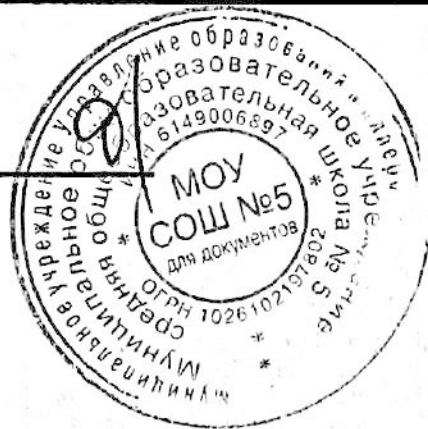
## Буфет МОУ СОШ №5 (Выпечка)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
100	<b>Блинчики с творогом.</b>	ЭЦ-206, Бел-4, Жир-10, Угл-25	35-00	398
	<i>творог, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, масло сливочное, сахар, масло растительное., соль йодированная</i>			
100	<b>Блинчики с мясом.</b>	ЭЦ-206, Бел-4, Жир-10, Угл-25	40-00	398
	<i>свинина, мука пшеничная высшего сорта, масло сливочное, яйцо куриное, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная, петрушка (корень)</i>			
100/20	<b>Запеканка из творога со сметаной.</b>	ЭЦ-273, Бел-17, Жир-16, Угл-16	55-00	223
	<i>творог, сметана, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, яйцо куриное</i>			
100	<b>Пудинг из творога (запеченный) с соусом и изюмом.</b>	ЭЦ-191, Бел-10, Жир-9, Угл-18	45-00	222
	<i>творог, молоко с мдэж 2,5%, изюм, сахар, крупа манная, масло сливочное, яйцо куриное, сухари панировочные, сметана, мука пшеничная высшего сорта, ванилин.</i>			
50	<b>Булочка «Веснушка».</b>	ЭЦ-14, Бел-4, Жир-3, Угл-24	20-00	429
	<i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, изюм, дрожжи сухие, яйцо куриное, соль йодированная</i>			
50	<b>Булочка ванильная.</b>	ЭЦ-17, Бел-4, Жир-4, Угл-3	20-00	422
	<i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин.</i>			
50	<b>Булочка "Домашняя" (плюшка)</b>	ЭЦ-198, Бел-4, Жир-6, Угл-31	20-00	424
	<i>мука пшеничная высшего сорта, маргарин, сахар, дрожжи сухие, соль йодированная, яйцо куриное</i>			
50	<b>Сдоба обыкновенная</b>	ЭЦ-13, Бел-4, Жир-2, Угл-2	20-00	421
	<i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, соль йодированная, дрожжи сухие</i>			
60	<b>Булочка с маком.</b>	ЭЦ-16, Бел-5, Жир-3, Угл-29	25-00	438
	<i>мука пшеничная высшего сорта, маргарин, яйцо куриное, сахар, дрожжи сухие, соль йодированная, мак</i>			
60	<b>Булочка с корицей.</b>	ЭЦ-16, Бел-5, Жир-3, Угл-29	25-00	438
	<i>мука пшеничная высшего сорта, маргарин, яйцо куриное, сахар, дрожжи сухие, соль йодированная, корица</i>			
60	<b>Булочка «Российская».</b>	ЭЦ-204, Бел-4, Жир-5, Угл-37	20-00	430
	<i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдэж 2,5%, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин.</i>			
60	<b>Ватрушки с творогом.</b>	ЭЦ-167, Бел-8, Жир-4, Угл-26	25-00	410
	<i>мука пшеничная высшего сорта, творог, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное., ванилин.</i>			
70	<b>Ватрушки с творогом и яблоком.</b>	ЭЦ-195, Бел-9, Жир-5, Угл-30	30-00	410
	<i>мука пшеничная высшего сорта, яблоки свежие., творог, сахар, яйцо куриное, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное., ванилин.</i>			
70	<b>Ватрушки с творогом и ананасом.</b>	ЭЦ-195, Бел-9, Жир-5, Угл-30	30-00	410
	<i>мука пшеничная высшего сорта, ананасы конс., творог, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное., ванилин.</i>			
70	<b>Булочка «сырная».</b>	ЭЦ-21, Бел-9, Жир-4, Угл-36	25-00	440
	<i>мука пшеничная высшего сорта, сыр плавленый., молоко с мдэж 2,5%, яйцо куриное, сахар, дрожжи сухие, масло сливочное, соль йодированная, ванилин.</i>			
70	<b>Булочка со сгущенкой.</b>	ЭЦ-22, Бел-5, Жир-1, Угл-3	25-00	426
	<i>мука пшеничная высшего сорта, маргарин, сахар, молоко сгущенное, дрожжи сухие, соль йодированная</i>			
100	<b>Пицца школьная, 2 вариант.</b>	ЭЦ-299, Бел-10, Жир-16, Угл-28	45-00	413
	<i>мука пшеничная высшего сорта, колбаса вареная, масло растительное., сыр плавленый, томат, сметана, лук репчатый, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная</i>			
60	<b>Кекс "манный"</b>	ЭЦ-113, Бел-28, Жир-45, Угл-15	20-00	576
	<i>кефир с мдэж 2,5%, сахар, мука пшеничная высшего сорта, крупа манная, яйцо куриное, маргарин, сода пищевая</i>			
100	<b>Котлета в тесте.(куриная)</b>	ЭЦ-317, Бел-13, Жир-15, Угл-33	45-00	420
	<i>мука пшеничная высшего сорта, филе цб, молоко с мдэж 2,5%, хлеб пшеничный, яйцо куриное, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное., сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная</i>			
100	<b>Котлета в тесте.(свинная)</b>	ЭЦ-317, Бел-13, Жир-15, Угл-33	45-00	420
	<i>мука пшеничная высшего сорта, свинина, хлеб пшеничный, яйцо куриное, масло растительное., сухари панировочные, сахар, соль йодированная, маргарин, лук репчатый, дрожжи сухие</i>			
70	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом.</b>	ЭЦ-14, Бел-7, Жир-3, Угл-21	25-00	406

## (Буфет МОУ СОШ №5 1блюда-супы)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
200	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14	20-00	103
200	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	25-00	102
200	<b>Суп картофельный с клецками.</b> <small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15	25-00	108
200	<b>Суп картофельный с крупой(пшениный)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, пшено, масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	20-00	101
200	<b>Суп картофельный с крупой(рисовой)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	25-00	101
200	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	20-00	101
200	<b>Суп картофельный с фасолью .</b> <small>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12	25-00	102
200	<b>Суп картофельный с фрикадельками</b> <small>картофель, лук репчатый, морковь, свинина, томат , масло растительное., яйцо куриное</small>	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-12	30-00	104
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32	25-00	82
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-1 331, Бел-26, Жир-71, Угл-128		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 331, Бел-26, Жир-71, Угл-128		

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У)



Повар

*[Handwritten signature]*

ИП Шаповалов  
Н.Н.



## (Буфет МОУ СОШ №5 1блюда-супы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
200	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14	20-00	103
200	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	25-00	102
200	<b>Суп картофельный с клецками.</b> <small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15	25-00	108
200	<b>Суп картофельный с крупой(пшениный)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, пшено, масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	20-00	101
200	<b>Суп картофельный с крупой(рисовой)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	25-00	101
200	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	20-00	101
200	<b>Суп картофельный с фасолью .</b> <small>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12	25-00	102
200	<b>Суп картофельный с фрикадельками</b> <small>картофель, лук репчатый, морковь, свинина, томат, масло растительное., яйцо куриное</small>	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-12	30-00	104
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32	25-00	82
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-1 331, Бел-26, Жир-71, Угл-128		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 331, Бел-26, Жир-71, Угл-128		

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У)



Повар

*(Handwritten signature of the cook)*

ИП Шановалов  
Н.Н.



## (Буфет МОУ СОШ №5 1блюда-супы)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
200	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14	20-00	103
200	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	25-00	102
200	<b>Суп картофельный с клецками.</b> <small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15	25-00	108
200	<b>Суп картофельный с крупой(пшениный)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, пшено, масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	20-00	101
200	<b>Суп картофельный с крупой(рисовой)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	25-00	101
200	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	20-00	101
200	<b>Суп картофельный с фасолью .</b> <small>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12	25-00	102
200	<b>Суп картофельный с фрикадельками</b> <small>картофель, лук репчатый, морковь, свинина, томат , масло растительное., яйцо куриное</small>	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-12	30-00	104
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32	25-00	82

**Итого за Обед** ЭЦ-1 331, Бел-26, Жир-71, Угл-128

**Итого за день** ЭЦ-1 331, Бел-26, Жир-71, Угл-128

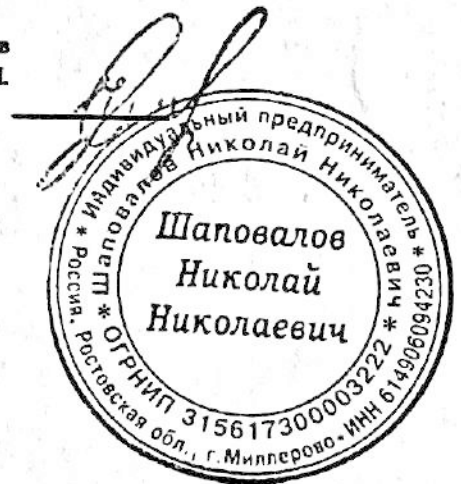
Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У



Повар

*[Handwritten signature]*

ИП Шаповалов  
НН.



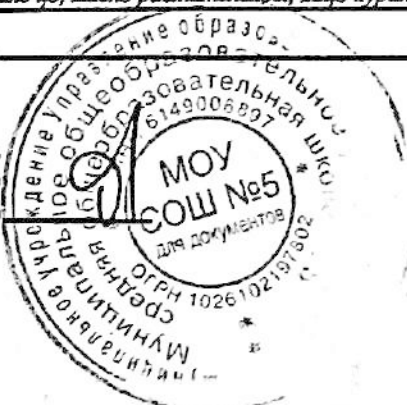
# Буфет МОУ СОШ №5 (мясные блюда)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
55	<b>Сосиски отварные.</b>	ЭЦ-164, Бел-6, Жир-16	35-00	243
80	<b>Котлеты рубленые из птицы (Сельская)</b> <small>филе цб, молоко с мдсж 2,5%, хлеб пшеничный, сахар папировочные, масло сливочное, масло растительное.</small>	ЭЦ-264, Бел-12, Жир-18, Угл-12	60-00	294
90	<b>Птица запеченная (окорочка).</b> <small>окорочка, масло сливочное, масло растительное, сметана</small>	ЭЦ-263, Бел-18, Жир-21	60-00	293
70/20	<b>Птица тушеная в соусе сметанном/</b> <small>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</small>	ЭЦ-138, Бел-11, Жир-9, Угл-3	60-00	290
50/20	<b>Гуляш.</b> <small>свинина, лук репчатый, томат, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта</small>	ЭЦ-224, Бел-8, Жир-21, Угл-2	60-00	260
(180) 150/20	<b>Жаркое по-домашнему</b> <small>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло растительное.</small>	ЭЦ-345, Бел-11, Жир-27, Угл-15	80-00	259
90	<b>Ромштекс (Отбивная в кляре с филе курицы).</b> <small>филе цб, сахар папировочные, масло растительное, масло сливочное, яйцо куриное</small>	ЭЦ-333, Бел-19, Жир-25, Угл-9	60-00	253
80	<b>Котлеты, биточки мясные.</b> <small>свинина, молоко с мдсж 2,5%, хлеб пшеничный, сахар папировочные, масло растительное.</small>	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14	60-00	268
100 70/20	<b>Рыба припущенная</b> <small>минтай, масло сливочное, лук репчатый, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-119, Бел-14, Жир-7, Угл-1	60-00	227
80	<b>Рыба филе в кляре.</b> <small>филе паффасмуса, яйцо куриное, мука пшеничная высшего сорта, молоко с мдсж 2,5%</small>	ЭЦ-102, Бел-13, Жир-4, Угл-3	60-00	263
100 70/20	<b>Оладьи из печени (Печень тушеная в соусе)</b> <small>печень, хлеб пшеничный, масло растительное, масло сливочное</small>	ЭЦ-245, Бел-16, Жир-15, Угл-11	60-00	282
100 70/20	<b>Тефтели мясные с соусом</b> <small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая</small>	ЭЦ-182, Бел-6, Жир-13, Угл-10	60-00	279
80	<b>Зразы рубленые с яйцом.</b> <small>свинина, лук репчатый, молоко с мдсж 2,5%, хлеб пшеничный, масло растительное, сахар папировочные, яйцо куриное, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-230, Бел-11, Жир-14, Угл-14	60-00	274
120/20	<b>Перец фаршированный мясом и рисом</b> <small>перец сладкий болгарский, свинина, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное, сахар папировочные</small>	ЭЦ-235, Бел-2, Жир-11, Угл-25	60-00	286
130/20	<b>Голубцы с мясом и рисом.</b> <small>капуста белокачанная, свинина, крупа рисовая, сметана, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</small>	ЭЦ-260, Бел-8, Жир-18, Угл-17	60-00	287
80	<b>Люля Кебаб.</b> <small>свинина, молоко с мдсж 2,5%, хлеб пшеничный, сахар папировочные, масло растительное.</small>	ЭЦ-183, Бел-12, Жир-12, Угл-13	60-00	671
100	<b>Кармашки куриные с начинкой из сыра.</b> <small>филе цб, сахар папировочные, сыр, яйцо куриное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная, перец черный мол.</small>	ЭЦ-154, Бел-21, Жир-35, Угл-9	65-00	571
70	<b>Котлеты (Биточки) рыбные- (Рыба тушеная с овощами)</b> <small>минтай, молоко с мдсж 2,5%, хлеб пшеничный, сахар папировочные, масло растительное, масло сливочное</small>	ЭЦ-187, Бел-9, Жир-12, Угл-11	45-00	234
200	<b>Плов из курицы</b> <small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томат</small>	ЭЦ-445, Бел-20, Жир-24, Угл-35	70-00	291
80	<b>Котлета по Киевски</b> <small>филе цб, масло растительное, яйцо куриное, масло сливочное, петрушка (корень), перец черный мол, соль йодированная</small>	ЭЦ-2 075, Бел-26, Жир-196, Угл-83	60-00	565

**Итого за Обед** ЭЦ-6 480, Бел-254, Жир-523, Угл-284

**Итого за день** ЭЦ-6 480, Бел-254, Жир-523, Угл-284

Руководитель  
МБОУ (МБДО  
У)



Повар

Син

ИП Шановалов  
Н.Н.



## Буфет МОУ СОШ №5 (Салаты)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
100	<b>Винегрет овощной .</b>	ЭЦ-125, Бел-1, Жир-10, Угл-7	30-00	67
	<i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</i>			
100	<b>Салат из свеклы с огурцами солеными.</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Жир-6, Угл-6	30-00	55
	<i>свекла, огурцы консервированные, горошек зеленый консервы, масло растительное., лук репчатый</i>			
100	<b>Салат из квашеной капусты</b>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-5, Угл-8	30-00	47
	<i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>			
100	<b>Капуста тушеная .</b>	ЭЦ-74, Бел-2, Жир-3, Угл-10	30-00	321
	<i>капуста белокочанная, томат, лук репчатый, масло сливочное, кислота лимонная, сахар, морковь, мука пшеничная высшего сорта</i>			
100	<b>Салат из соленых огурцов с луком,</b>	ЭЦ-59, Бел-1, Жир-5, Угл-3	30-00	21
	<i>огурцы консервированные, лук репчатый, масло растительное.</i>			
100	<b>Икра свекольная</b>	ЭЦ-111, Бел-1, Жир-8, Угл-9	30-00	75
	<i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное., сахар</i>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты с огурцом.</b>	ЭЦ-90, Жир-5, Угл-11	30-00	46
	<i>капуста белокочанная, огурцы свежие, морковь, лук репчатый, сахар, масло растительное., чеснок</i>			
100	<b>Салат из моркови с сахаром</b>	ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11	30-00	62
	<i>морковь, сахар</i>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов.</b>	ЭЦ-71, Бел-1, Жир-6, Угл-3	30-00	24
	<i>помидоры свежие., огурцы свежие, лук зеленый, масло растительное.</i>			
100	<b>Салат из кукурузы (консервированной)</b>	ЭЦ-99, Бел-3, Жир-6, Угл-8	30-00	12
	<i>кукуруза консервированная, масло растительное., сахар</i>			
150	<b>Салат сельдь под шубой.</b>	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-7, Угл-4	60-00	36
	<i>сметана., свекла, картофель, морковь, яйцо куриное, сельдь с-с, лук репчатый</i>			

**Итого за Обед** ЭЦ-1 033, Бел-18, Жир-66, Угл-85

**Итого за день** ЭЦ-1 033, Бел-18, Жир-66, Угл-85

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У



Повар

*[Handwritten signature]*

ИН Шаповалов  
Н.Н.





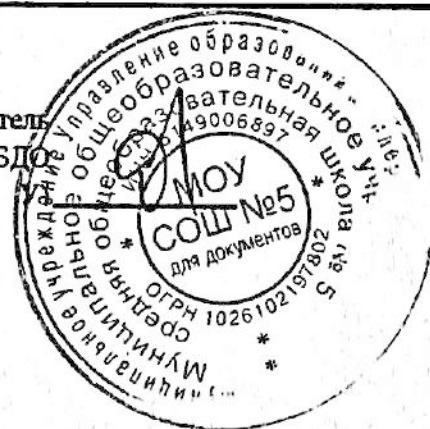
# (Буфет МОУ СОШ №5 блюда-гарнир)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Обед</b>				
100	<b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное</small>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33	20-00	171
100	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b> <small>крупа пшеничная, масло сливочное</small>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28	20-00	171
100	<b>Каша рассыпчатая рисовая с маслом.</b> <small>крупа рисовая, масло сливочное</small>	ЭЦ-183, Бел-3, Жир-6, Угл-29	20-00	171
100	<b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b> <small>крупа ячневая., масло сливочное</small>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5	20-00	171
150	<b>Картофельное пюре с</b> <small>картофель, молоко с мдэж 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17	25-00	128
150	<b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b> <small>макаронны, масло сливочное</small>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24	20-00	203
100	<b>Каша рассыпчатая перловая с маслом.</b> <small>крупа перловая, масло сливочное</small>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5	20-00	171

**Итого за Обед** ЭЦ-1 453, Бел-24, Жир-86, Угл-143

**Итого за день** ЭЦ-1 453, Бел-24, Жир-86, Угл-143

Руководитель  
МБОУ(МБДО



Повар

*(Handwritten signature of the cook)*

ИП Шаповалов  
Н.Н.

*(Handwritten signature of the individual entrepreneur)*

