

Меню Миллерово с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
210	Каша жидкая молочная из манной крупы. <small>десерт сливок 2,5%, курага манная, масло сливочное, сахар, соевое молоко</small>	ЭЦ-246, Бел-6, Жир-10, Угл-32		181
200	Чай с сахаром. <small>соковь, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
15	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9		15
100	Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338

Итого за Завтрак ЭЦ-809, Бел-22, Жир-30, Угл-107

120-00

Обед

200	<i>Суп картофельный с вермишелью</i>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14	103
90	<i>Котлеты рубленые из филе птицы.</i>	ЭЦ-305, Бел-14, Жир-21, Угл-14	294
150	<i>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</i>	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36	171
60	<i>Овощи соленые (огурец).</i>	ЭЦ-150, Угл-39	70
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42	349
30	<i>Хлеб пшеничный(обогащенный)</i>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</i>	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	150-90

Итого за Обел ЭЦ-1 246 Бел-33 Жир-35 Убл-193

95-00

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	<i>Суп картофельный с вермишелью</i>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14	103
	картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль южноамериканская		
20	<i>Хлеб пшеничный (обогащенный)</i>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
5	<i>Масло сливочное (порциями)</i>	ЭЦ-33, Жир-4	14
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42	349
	сухофрукты, сахар, кислота лимонная		

за Льготная категория питающихся (5-11 кг) по 45.39р ЭЦ-368 Бел-5 Жир-7 Угр-66

Итого за день ЭЦ-2 422 Бел-60 Жир-71 Урд-367

45-39



三

ref

ИП Шарова А.



(1ст)

Меню Миллерово с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
180	Омлет натуральный. <small>яйца куриные, молоко сливки 2,5%, масло сливочное, соль юношеская</small>	ЭЦ-188, Бел-17, Жир-31, Угл-3		210
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное</small>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Кофеинный напиток. <small>сахар, кофеинный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
100	Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
Итого за Завтрак ЭЦ-653, Бел-27, Жир-39, Угл-88				120-00
<u>Обед</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (свежая), томат, соль юношеская</small>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
70/20	Рыба, тушенная в томате с овощами <small>минтай, лук репчатый, томат, лук репчатый, масло растительное, кисломолочная, сахар, соль юношеская</small>	ЭЦ-95, Бел-9, Жир-4, Угл-3		229
150	Картофельное пюре с маслом <small>картофель, молоко сливки 2,5%, лук и сливочное, соль юношеская</small>	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <small>сахар, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
Итого за Обед ЭЦ-693, Бел-22, Жир-21, Угл-95				95-00
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (свежая), томат, соль юношеская</small>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <small>сахар, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р ЭЦ-195, Бел-3, Жир-5, Угл-31				45-39
Итого за день ЭЦ-1 540, Бел-53, Жир-65, Угл-215				260-39

Руководитель
МБОУ(МБДО)
У.



12/



Меню Миллерово с 7-11 лет

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

Завтрак

50/30	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-162, Бел-5, Жир-12, Угл-8	279
<i>Сыр, лук репчатый, сметана, мукадиничная высушеная супер сорт, масло растительное, крупа рисовая, творог</i>			
150	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7	171
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-60, Угл-15	376
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	527
Итого за Завтрак			120-00

Обед

200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	102
<i>картофель, горох зеленый, лук репчатый, зелень, масло растительное, петрушка (корень)</i>			
150/90	Макаронник с мясом .	ЭЦ-629, Бел-32, Жир-35, Угл-45	285
<i>спагетти, макароны, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, сухари панировочные</i>			
60	Салат из белокачанной капусты свежей .	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4	45
<i>капуста белокачанная, лук репчатый, соль, масло растительное, кислота лимонная</i>			
200	Кисель из яблок сушеных	ЭЦ-128, Угл-31	354
<i>сахар, фрукты сушеные, яблоки сушеные, крахмал картофельный, крахмал пшеничный</i>			
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	527
Итого за Обед			95-00

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	102
<i>картофель, горох зеленый, лук репчатый, зелень, масло растительное, петрушка (корень)</i>			
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4	14
200	Кисель из яблок сушеных	ЭЦ-128, Угл-31	354
<i>сахар, фрукты сушеные, яблоки сушеные, крахмал картофельный, крахмал пшеничный</i>			

a	Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	ЭЦ-340, Бел-6, Жир-9, Угл-55	45-39
Итого за день ЭЦ-2 366, Бел-67, Жир-103, Угл-276			

Повар

ИП Шаповалов

Н.Н.

 Шаповалов
Николай
Николаевич


(1чт)

Меню Миллерово с 7-11 лет

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

Завтрак

210	Суп молочный с овсяной крупой	ЭЦ-156, Бел-6, Жир-6, Угл-19	101
<i>молоко сливки 2,5%, овсянка "горячая", мол. сливочное, сахар, соль подсолнечное</i>			
200	Какао с молоком..	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25	382
<i>молоко сливки 2,5%, какао, сахар, ваниль-кофеин</i>			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	527
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7	14
15	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9	15
200	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20	389
Итого за Завтрак			120-00

Обед

200	Борщ с капустой и картофелем..	ЭЦ-212, Бел-5, Жир-14, Угл-32	82
<i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль подсолнечное</i>			
150/90	Плов из курицы	ЭЦ-534, Бел-25, Жир-29, Угл-42	291
<i>куриные бройлеры, рис рассыпчатый, морковь, масло растительное, лук репчатый, томат, соль подсолнечное</i>			
60	Салат из моркови с сахаром	ЭЦ-49, Бел-1, Угл-7	62
<i>морковь, сахар</i>			
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20	379
<i>сахар, кофейный напиток</i>			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	527
Итого за Обед			95-00

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	Борщ с капустой и картофелем..	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32	82
<i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль подсолнечное</i>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
<i>сахар, кофейный напиток</i>			
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20	379
<i>сахар, кофейный напиток</i>			
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39

Итого за день ЭЦ-2 462, Бел-72, Жир-90, Угл-324

45-39

260-39

Руководитель

МБОУ(МБДОУ)



Позар

10/

ИП Шаповалов
Н.Н.



Меню Миллерово с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
60/20	Печень, тушенная в соусе	ЭЦ-142, Бел-11, Жир-8, Угл-7		261
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
30	Хлеб пшеничный (обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный (обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
200	Чай с садаром.	ЭЦ-60, Угл-15		376
100	Фрукты или ягоды свежие, (яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
Итого за Завтрак ЭЦ-816, Бел-29, Жир-20, Угл-124				I20-00
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с крупой(яичный)	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
90	Компот, биточки мясные.	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14		268
150	Картофельное пюре с маслом	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
60	Икра свекольная	ЭЦ-67, Бел-1, Жир-5, Угл-6		75
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
30	Хлеб пшеничный (обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный (обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
Итого за Обед ЭЦ-112, Бел-27, Жир-46, Угл-142				95-00
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Суп картофельный с крупой(яичный)	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
20	Хлеб пшеничный (обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				45-39
Итого за день ЭЦ-2 342, Бел-64, Жир-78, Угл-327				
 Приложение <i>1af</i>				
 ИП Шаповалов Н.Н.				

Меню Миллерово с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
210	Суп молочный с вермишелью. <small>молоко с маслом 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль по вкусу</small>	ЭЦ-126, Бел-5, Жир-4, Угл-15		120
200	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
15	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9		15
200	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389

Итого за Завтрак ЭЦ-742, Бел-21, Жир-24, Угл-104

120-00

Обед

200	<i>Щи из свежей капусты с картофелем.</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6	88
150/90	<i>Жаркое по-домашнему</i>	ЭЦ-552, Бел-17, Жир-43, Угл-24	259
60	<i>Горошек овощной (консервированный).</i>	ЭЦ-23, Бел-2, Угл-4	131
200	<i>Кисель из яблок сушеных</i>	ЭЦ-128, Угл-31	354
30	<i>Хлеб пшеничный(обогащенный)</i>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</i>	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	

Итого за Обед ЭЦ-1 051, Бел-29, Жир-50, Угл-114

95-00

Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р

200	Щи из свежей капусты с картофелем.	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6	130,00
	<i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная</i>		
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
200	Кисель из яблок сушеных	ЭЦ-128, Угл-31	354
	<i>сахар, сушеные яблоки, крахмал картофельный, кислота лимонная</i>		

за Льготная категория питающихся (5-11 кп) по 45-39р ЭЦ-260, Бел-3, Жир-5, Угл-48

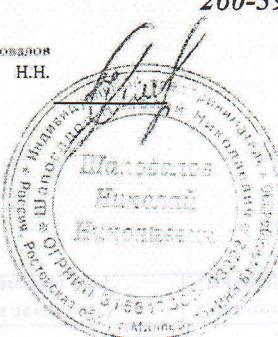
45-39



Позади

10f

ИП Шаповалов
НН



Меню Миллерово с 7-11 лет

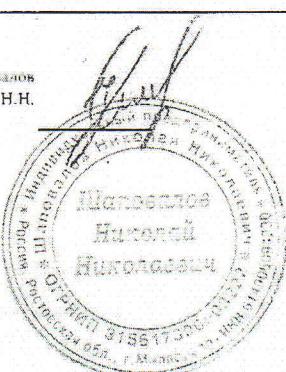
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
70/20	Рыба, тушенная в томате с овощами <small>картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, кисло-сладкая смесь</small>	ЭЦ-95, Бел-9, Жир-4, Угл-3	229
<u>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</u> <small> крупа пшеничная, масло сливочное</small>			
150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36	171
200	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15	376
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	527
Итого за Завтрак			120-00
<u>Обед</u>			
200	Суп картофельный с горохом . <small>картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	102
90	Птица тушеная в соусе смесью/ <small>филе грудки, смесь из пшеничной бобыстого соуса, лук и растительное</small>	ЭЦ-138, Бел-11, Жир-9, Угл-3	290
150	Макаронные изделия отварные с маслом. <small>макароны, масло сливочное</small>	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31	203
60	Салат из квашеной капусты <small>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное</small>	ЭЦ-51, Бел-1, Жир-3, Угл-5	47
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кисло-сладкая смесь</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42	349
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	527
Итого за Обед			95-00

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	Суп картофельный с горохом . <small>картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	102
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4	14
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кисло-сладкая смесь</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42	349
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39
Итого за день			260-39



Позер

*ea/*ИП Шаповалов
Н.Н.

Меню Миллерово с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость погашения	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
200/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	ЭЦ-594, Бел-32, Жир-24, Угл-62		223
200	Кофейный напиток . <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
100	Фрукты или ягоды свежие (мандин).	ЭЦ-52, Угл-11		338,01

Итого за Завтрак ЭЦ-1 069, Бсл-41, Жир-35, Угл-142

120-00

Обед

200	<i>Суп картофельный с клецками.</i>	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15	108
	картофель, мука пшеничная быстrego сорта, лук репчатый, яйца куриные, масло растительное, масла сливочного, соль подкисленная		
90	<i>Тефтели мясные с соусом</i>	ЭЦ-182, Бел-6, Жир-13, Угл-10	279
	свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная быстrego сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль подкисленная		
150	<i>Каша рассыпчатая яичневая с маслом.</i>	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7	171
	крупа яичневая, масло сливочное, соль подкисленная		
60	<i>Винегрет овощной .</i>	ЭЦ-75, Бел-1, Жир-6, Угл-4	67
	картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, марковка, масло растительное,		
200/15/7	<i>Чай с сахаром и лимоном.</i>	ЭЦ-62, Угл-15	377
	сахар, лимоны, чай черный		
30	<i>Хлеб пшеничный(обогащенный)</i>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</i>	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34	527

Итого за Обед ЭЦ-1 051, Бел-20, Жир-61, Угл-100

95-00

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	<i>Суп картофельный с клецками.</i>	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15	108
	<i>картофель, мука пшеничная, соль, сода, лук репчатый, яйца куриные, масло растительное, масло сливочное, сметана, молоко.</i>		
20	<i>Хлеб пшеничный(обогащенный)</i>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
5	<i>Масло сливочное (порциями)</i>	ЭЦ-33, Жир-4	14
200/15/ 7	<i>Чай с сахаром и лимоном.</i>	ЭЦ-62, Угл-15	377

Лист № 1 из 1. Документ создан 15.09.2021 г. в 10:49:40.

15/30



Прият

101



ИП

(2чт)

Меню Миллерово с 7-11 лет

Выход (г)	Изменение блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
220	Макароны твердые с сыром	ЭЦ-368, Бел-15, Жир-18, Угл-38		204
200	Какао с молоком..	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
100	Фрукты и ягоды свежие.(ягоды)	ЭЦ-52, Угл-11		338
Итого за Завтрак			120-00	
<u>Обед</u>				
200	Рассольник Ленинградский	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
90	Печень, тушенная в соусе	ЭЦ-160, Бел-12, Жир-9, Угл-8		261
150	Картофельное пюре с маслом	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
60	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-150, Угл-39		70
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
Итого за Обед			95-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Рассольник Ленинградский	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			260-39	



Покер

ИП Шаповалов
Н.Н.

Меню Миллерово с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
70/20	Птица отварная с соусом. <small>чicken, бульон, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корица)</small>	ЭЦ-340, Бел-22, Жир-28, Угл-1		288
150	Рис припущеный <small>крупа рисовая, масло сливочное</small>	ЭЦ-200, Бел-4, Жир-4, Угл-37		305
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном. <small>чай, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
Итого за Завтрак		ЭЦ-945, Бел-34, Жир-43, Угл-102	120-00	
<u>Обед</u>				
200	Борщ с капустой и картофелем..	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
90	Котлеты ,биточки мясные. <small>мясина, молоко с маслом 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное.</small>	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14		268
150	Каша рассыпчатая перловая с маслом. <small>крупа перловая, масло сливочное</small>	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 362, Бел-28, Жир-81, Угл-126	95-00	

Пъртная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	<i>Борщ с капустой и картофелем..</i>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32	82
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
200	<i>Сок фруктовый или ягодный..</i>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20	389
^а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-418, Бел-7, Жир-15, Угл-62	45-39

Итого за день ЭЦ-2 725, Бел-69, Жир-139, Угл-290



Провер

ИП Шаповалов

