

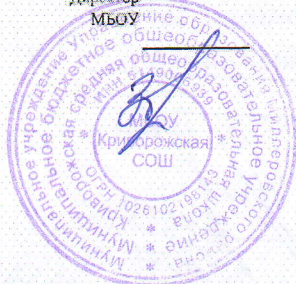
МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
220	Суп молочный с вермишелью. молоко с жиром 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-132, Бел-5, Жир-4, Угл-16		120
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
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак			ЭЦ-562, Бел-17, Жир-17, Угл-79	90-00
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
150/90	Жаркое по-домашнему картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-552, Бел-17, Жир-43, Угл-24		259
60	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-23, Бел-2, Угл-4		131
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	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
Итого за Обед			ЭЦ-983, Бел-29, Жир-50, Угл-97	59-94
Итого за день			ЭЦ-1 546, Бел-47, Жир-67, Угл-176	149-94

Директор
МБОУ

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

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

Завтрак

50/35	Рыба, тушенная в томате с овощами картофель, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль йодированная	ЭЦ-89, Бел-8, Жир-4, Угл-3		229
150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36		171
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

Итого за Завтрак ЭЦ-635, Бел-22, Жир-15, Угл-97

Обед

200	Суп картофельный с горохом . картофель, горох зеленый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
90	Птица тушенная в соусе сметанном/ филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-138, Бел-11, Жир-9, Угл-3		290
150	Макаронные изделия отварные с маслом. макаронны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31		203
60	Салат из квашеной капусты капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.	ЭЦ-51, Бел-1, Жир-3, Угл-5		47
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	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-960, Бел-32, Жир-26, Угл-143

Итого за день ЭЦ-1 595, Бел-54, Жир-41, Угл-240

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

149-94

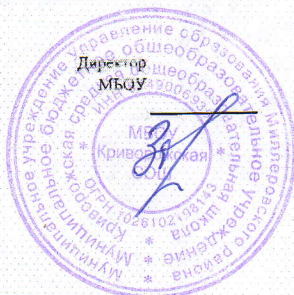


МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
115/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным.	ЭЦ-365, Бел-20, Жир-15, Угл-38		223
	<i>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, соль йодированная</i>			
200	Кофейный напиток.	ЭЦ-80, Угл-20		379
	<i>сахар, кофейный напиток</i>			
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-757, Бел-28, Жир-18, Угл-110		
Обед				
200	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
	<i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная</i>			
90	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-182, Бел-6, Жир-13, Угл-10		279
	<i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная</i>			
150	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
	<i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>			
60	Винегрет овощной.	ЭЦ-75, Бел-1, Жир-6, Угл-4		67
	<i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</i>			
200/15/ 7	Чай с сахаром.	ЭЦ-67, Угл-17		376
	<i>сахар, чай черный</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		ЭЦ-1 056, Бел-20, Жир-61, Угл-101		
Итого за день		ЭЦ-1 813, Бел-47, Жир-79, Угл-211		

149-94



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
230	Макароны отварные с сыром макароны, сыр, масло сливочное	ЭЦ-385, Бел-16, Жир-18, Угл-39		204
200	Какао с молоком.. молоко с жиром 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
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-881, Бел-32, Жир-34, Угл-107		
Обед				
200	Рассольник Ленинградский картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
90	Печень, тушенная в соусе печень свиная, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-160, Бел-12, Жир-9, Угл-8		261
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
60	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-150, Угл-39		70
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная	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-1 137, Бел-33, Жир-25, Угл-189		
Итого за день		ЭЦ-2 018, Бел-64, Жир-59, Угл-296		

149-94

Директор
МБОУ

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/20	Птица отварная с соусом. цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (зелень), соль йодированная	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
120	Рис припущенный крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200	Чай с сахаром. сахар, чай чёрный	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
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
Итого за Завтрак		ЭЦ-798, Бел-28, Жир-28, Угл-98		
Обед				
200	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томаты, масло растительное, петрушка (зелень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
90	Котлеты, биточки мясные. свинина, мясо 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14		268
150	Каша рассыпчатая перловая с маслом. крупа перловая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Сок фруктовый или ягодный.	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
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-1362, Бел-28, Жир-81, Угл-126		
Итого за день		ЭЦ-2160, Бел-56, Жир-110, Угл-224	149-94	

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

(1шт)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/50	Печень, тушенная в соусе <i>печень свиная, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9		261
135	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-256, Бел-8, Жир-8, Угл-37		171
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
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
Итого за Завтрак		ЭЦ-740, Бел-29, Жир-21, Угл-104		

Обед

200	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
90	Котлеты, биточки мясные. <i>свинина, молоко с жиром 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14		268
150	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с жиром 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
60	Икра свекольная <i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-67, Бел-1, Жир-5, Угл-6		75
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная</i>	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-1112, Бел-27, Жир-46, Угл-142		
Итого за день		ЭЦ-1852, Бел-56, Жир-66, Угл-246		

Директор
МБОУ

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

149-94



МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
120	Омлет натуральный. яйцо куриное, молоко с медом 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-125, Бел-12, Жир-21, 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
55	Пряник ,(печенье)	ЭЦ-282, Бел-5, Жир-4, Угл-58		332
Итого за Завтрак		ЭЦ-788, Бел-24, Жир-31, Угл-128		
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (зелень), томат, соль йодированная	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
70/20	Рыба, тушенная в томате с овощами лосось, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль йодированная	ЭЦ-95, Бел-9, Жир-4, Угл-3		229
150	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с медом 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном. сахар, лимон, чай черный	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		
Итого за день		ЭЦ-1 481, Бел-47, Жир-53, Угл-223		

149-94

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

Меню ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/35	Тефтели мясные с соусом свиная, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная	ЭЦ-172, Бел-5, Жир-12, Угл-9		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-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-864, Бел-16, Жир-50, Угл-82		
Обед				
200	Суп картофельный с горохом . картофель, горох замороженный, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (зелень), соль йодированная	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
150/90	Макаронник с мясом . свинина, макароны, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, сухари панировочные	ЭЦ-629, Бел-32, Жир-35, Угл-45		285
60	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4		45
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная	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-1 240, Бел-47, Жир-45, Угл-153		
Итого за день		ЭЦ-2 103, Бел-63, Жир-95, Угл-235	149-94	



Повар

 ИП Шаповалов
Н.Н.


МЕНЮ ОВЗ МБОУ

с 7-11 лет

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	ЭЦ-164, Бел-7, Жир-7, Угл-20		101
	молоко с жиром 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная			382
200	Какао с молоком..	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		
	молоко с жиром 2,5%, сахар, какао-порошок			
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-660, Бел-23, Жир-22, Угл-88		

Обед

200	Борщ с капустой и картофелем..	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
	свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, помид, масло растительное, петрушка (крупная), сахар, соль йодированная			
150/90	Плов из курицы	ЭЦ-534, Бел-25, Жир-29, Угл-42		291
	цыпляенок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, помид, соль йодированная			
60	Салат из моркови с сахаром	ЭЦ-49, Бел-1, Угл-7		62
	морковь, сахар			
200	Кофейный напиток.	ЭЦ-80, Угл-20		379
	сахар, кофейный напиток			
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-1 212, Бел-39, Жир-47, Угл-149

Итого за день ЭЦ-1 872, Бел-61, Жир-69, Угл-237

149-94

Директор
МБОУ

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.