

**Меню приготавливаемых блюд на осенне-зимний период**

Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы .	230	6,76	11,02	34,95	269,12	181	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
	<b>Итого за Завтрак</b>		500	17,88	23,17	86,06	641,37	
Обед	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
	Котлеты рубленные из филе птицы.	50	7,83	11,87	7,65	169,49	294	
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	120	5,24	6,02	28,49	191,78	171	
	Овощи соленые (огурец). (Осенне-зимний)	35	0,14		22,75	87,5	70	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	<b>Итого за Обед</b>		655	22,86	22,8	150,41	922,74	
Льготная кат	Суп картофельный с вермишелью	180	1,94	2,04	12,57	85,14	103	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		400	4,58	2,64	64,81	325,31	
<b>Итого за день</b>		1 555	45,32	48,61	301,28	1899,42		180-30

(лист 2)

Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Омлет натуральный.	150	14,41	25,99	2,82	156,85	210	
	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	100	1,41	6,01	8,26	92,8	52	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
	<b>Итого за Завтрак</b>		505	22,19	34,6	67,08	536,65	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	70/30	9,75	4,95	3,8	105	229	
	Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	<b>Итого за Обед</b>		692	20,27	19,03	77,94	588,95	
Льготная кат	Щи из свежей капусты с картофелем.	180	1,27	3,56	5,69	64,62	88	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
	<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		422	2,94	4,18	30,85	187,42	
<b>Итого за день</b>		1 619	45,4	57,81	175,87	1313,02		180-30

Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Тефтели мясные с соусом	50/50	6,33	14,65	10,55	202,73	279	
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	150	1,31	34,11	6,74	339,19	171	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
<b>Итого за Завтрак</b>		505	14,08	51,38	68,33	809,12		64-30
Обед	Суп картофельный с горохом .	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
	Сосиски отварные .	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243	
	Макаронные изделия отварные с маслом.	120	4,35	4,66	24,4	156,86	203	
	Салат из белокачанной капусты свежей	35	0,46	1,14	2,19	20,86	45	
	Кисель из яблок сушеных	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
<b>Итого за Обед</b>		665	21,72	29,67	106,77	802,86		90-00
Льготная кат	Суп картофельный с горохом .	180	3,95	3,79	11,91	106,74	102	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Кисель из яблок сушеных	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		400	5,55	4,44	53,27	295,17		26-00
<b>Итого за день</b>		1 570	41,35	85,49	228,37	1907,15		180-30

Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Суп молочный с овсяной крупой	230	6,81	6,82	20,62	171,12	101	
	Какао с молоком..	200	3,87	3,1	25,17	145,36	382	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
<b>Итого за Завтрак</b>		500	21,73	22,05	81,9	628,73		64-30
Обед	Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82	
	Плов из курицы	170	17,42	20,75	29,67	378,19	291	
	Салат из моркови с сахаром	35	0,43	0,03	4,02	28,6	62	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
<b>Итого за Обед</b>		655	28,84	37,22	120,94	958,99		90-00
Льготная кат	Борщ с капустой и картофелем..	180	4,13	12,42	28,81	245,16	82	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		400	5,67	13,02	58,73	385,76		26-00
<b>Итого за день</b>		1 555	56,24	72,29	261,57	1973,48		180-30



Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Печень, тушенная в соусе	50/50	13,73	9,57	8,98	177,92	261	
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	8,47	8,99	41,46	284,95	171	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
<b>Итого за Завтрак</b>		505	28,64	21,18	101,48	730,07		64-30
Обед	Суп картофельный с крупой(ячневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101	
	Котлеты ,биточки мясные.	50	6,28	14,35	7,55	185,04	268	
	Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128	
	Икра свекольная	35	0,48	2,66	3,29	38,81	75	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
<b>Итого за Обед</b>		655	18,42	29,28	115,43	821,97		90-00
Льготная кат	Суп картофельный с крупой(ячневый)	180	1,42	1,95	8,72	61,74	101	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>	400	4,06	2,55	60,96	301,91		26-00
<b>Итого за день</b>		1 560	51,12	53,01	277,87	1853,95		180-30

Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Суп молочный с вермишелью.	230	5,03	4,37	16,52	138	120	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
<b>Итого за Завтрак</b>		500	16,08	16,5	72,59	530,05		64-30
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Жаркое по-домашнему	170	12,36	30,17	16,72	390,73	259	
	Горошек овощной ( консервированный). (Осенне-зимний)	35	1,03	0,07	2,17	13,33	131	
	Кисель из яблок сушеных	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
<b>Итого за Обед</b>		655	21,26	36,89	91,89	803,49		90-00
Льготная кат	Щи из свежей капусты с картофелем.	180	1,27	3,56	5,69	64,62	88	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Кисель из яблок сушеных	200	0,06	0,05	31,4	127,63	354	
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>	400	2,87	4,21	47,05	253,05		26-00	
<b>Итого за день</b>		1 555	40,21	57,6	211,53	1586,59		180-30

Рацион: Школа чертковский район			Неделя: 2			День: вторник		(лист 7)
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	9,75	4,95	3,8	105	229	
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150	6,54	7,53	35,62	239,72	171	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
<b>Итого за Завтрак</b>		505	22,73	15,1	90,46	611,92	64-30	
Обед	Суп картофельный с горохом .	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
	Птица тушеная в соусе сметанном/	70	8,36	7,08	2,46	107,1	290	
	Макаронные изделия отварные с маслом.	120	4,35	4,66	24,4	156,86	203	
	Салат из квашеной капусты (Осенне-зимний)	35	0,6	1,75	2,96	30	47	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
<b>Итого за Обед</b>		675	25,2	20,35	120,61	791,93	90-00	
Льготная кат	Суп картофельный с горохом .	180	3,95	3,79	11,91	106,74	102	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		400	6,59	4,39	64,15	346,91	26-00	
<b>Итого за день</b>		1 580	54,52	39,84	275,22	1750,76	180-30	

Рацион: Школа чертковский район			Неделя: 2			День: среда		(лист 8)
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	130/20	21,92	16,59	42	405	223	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527	
	Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)	100	0,26	0,17	11,41	52	338	
<b>Итого за Завтрак</b>		505	28,55	19,36	109,41	744	64-30	
Обед	Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108	
	Тефтели мясные с соусом	70	4,43	10,25	7,39	141,91	279	
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171	
	Винегрет овощной .	35	0,49	3,51	2,55	43,79	67	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
<b>Итого за Обед</b>		697	15,35	47,38	80,84	834,45	90-00	
Льготная кат	Суп картофельный с клецками.	180	2,56	3,31	13,53	103,86	108	
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		422	4,23	3,93	38,69	226,66	26-00	
<b>Итого за день</b>		1 624	48,13	70,67	228,94	1805,11	180-30	



Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Макароны отварные с сыром	210/30	16,24	19,1	40,93	401,28	204
	Какао с молоком..	200	3,87	3,1	25,17	145,36	382
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14
<b>Итого за Завтрак</b>		500	26,52	28,43	102,21	786,89	64-30
Обед	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96
	Печень, тушенная в соусе	70	9,61	6,7	6,29	124,54	261
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	120	6,77	7,19	33,17	227,96	171
	Овощи соленые (огурец). (Осенне-зимний)	35	0,14		22,75	87,5	70
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
	<b>Итого за Обед</b>		675	25,63	20,6	149,35	905,17
Льготная кат	Рассольник Ленинградский	180	1,45	3,66	8,63	77,22	96
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349
	<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		400	4,09	4,26	60,87	317,39
<b>Итого за день</b>		1 575	56,24	53,29	312,43	2009,45	180-30

(лист 10)

Рацион: Школа чертковский район

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Птица отварная с соусом.	50/50	24,02	30,69	1,51	377,96	288
	Рис припущенный	130	3,15	3,73	31,78	173,29	305
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
	Хлеб пшеничный	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560
	Хлеб ржано-пшеничный	25	4,05	1,7	21,1	116	527
<b>Итого за Завтрак</b>		507	33,67	37,04	84,53	820,45	64-30
Обед	Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82
	Сосиски отварные .	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243
	Каша рассыпчатая перловая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171
	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	35	0,49	2,1	2,89	32,48	52
	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527
	<b>Итого за Обед</b>		665	19,59	62,99	96,04	1039,94
Льготная кат	Борщ с капустой и картофелем..	180	4,13	12,42	28,81	245,16	82
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		400	6,67	13,22	58,97	390,76	26-00
<b>Итого за день</b>		1 572	59,93	113,25	239,54	2251,15	180-30

Итого за период	15 765	498,46	651,86	2512,62	18340,08		
Среднее значение за период		49,8	65,2	251,3	1834		

Составил \_\_\_\_\_ Администратор :

Утвердил \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
230	<b>Каша жидкая молочная из манной крупы .</b> <small>молоко с жиром 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-269, Бел-7, Жир-11, Угл-35		181
200	<b>Чай с сахаром.</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
5	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-641, Бел-18, Жир-23, Угл-86	<b>64-30</b>	
<b><u>Обед</u></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		103
50	<b>Котлеты рубленые из филе птицы.</b> <small>филе цб, молоко с жиром 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное.</small>	ЭЦ-169, Бел-8, Жир-12, Угл-8		294
120	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b> <small>крупа пшеничная, масло сливочное</small>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
35	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-88, Угл-23		70
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-923, Бел-23, Жир-23, Угл-150	<b>90-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</u></b>				
180	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-13		103
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		ЭЦ-325, Бел-5, Жир-3, Угл-65	<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 889, Бел-45, Жир-49, Угл-301	<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.





**МЕНЮ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
150	<b>Омлет натуральный.</b> <i>яйцо куриное, молоко с жиром 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-157, Бел-14, Жир-26, Угл-3		210
100	<b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b> <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
200	<b>Кофейный напиток .</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	
<b><u>Обед</u></b>				
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
70/30	<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b> <i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар</i>	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
120	<b>Картофельное пюре с маслом</b> <i>картофель, молоко с жиром 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимон, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</u></b>				
180	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат</i>	ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимон, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИИТ Шаповалов





**МЕНЮ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
50/50	<b>Тефтели мясные с соусом</b> <i>свирина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, крупа рисовая, томаты</i>	ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11		279
150	<b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b> <i>крупа ячневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
200	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	
<b><u>Обед</u></b>				
200	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
60	<b>Сосиски отварные .</b>	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	<b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b> <i>макаронны, масло сливочное</i>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
35	<b>Салат из белокачанной капусты свежей</b> <i>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-21, Жир-1, Угл-2		45
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-31		354
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</u></b>				
180	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-12		102
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-31		354
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

**МЕНЮ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
230	<b>Суп молочный с овсяной крупой</b> <i>молоко с жире 2,5%, овсянка "серкулес", масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-171, Бел-7, Жир-7, Угл-21		101
200	<b>Какао с молоком..</b> <i>молоко с жире 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
5	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	
<b><u>Обед</u></b>				
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
170	<b>Плов из курицы</b> <i>цыпляенок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томат</i>	ЭЦ-378, Бел-17, Жир-21, Угл-50		291
35	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь, сахар</i>	ЭЦ-29, Угл-4		62
200	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</u></b>				
180	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-245, Бел-4, Жир-12, Угл-29		82
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.





**МЕНЮ**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
50/50	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <i>печень, сметана, лук репчатый высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9		261
150	<b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
200	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	
<b><u>Обед</u></b>				
200	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное.</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
50	<b>Котлеты ,биточки мясные.</b> <i>свинина, молоко с жире 2,5%, хлеб пшеничный, сахар пшеничный, масло растительное.</i>	ЭЦ-185, Бел-6, Жир-14, Угл-8		268
120	<b>Картофельное пюре с маслом</b> <i>картофель, молоко с жире 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
35	<b>Икра свекольная</b> <i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное, сахар</i>	ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3		75
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</u></b>				
180	<b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное.</i>	ЭЦ-62, Бел-1, Жир-2, Угл-9		101
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

# МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецентуры
<b>Завтрак</b>				
230	<b>Суп молочный с вермишелью.</b> <i>молоко с мажэ 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-138, Бел-5, Жир-4, Угл-17		120
200	<b>Кофейный напиток.</b> <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
10	<b>Сыр твердый (порциями)</b>	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
5	<b>Масло сливочное (порциями)</b>	ЭЦ-33, Жир-4		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	
<b>Обед</b>				
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
170	<b>Жаркое по-домашнему</b> <i>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло растительное.</i>	ЭЦ-391, Бел-12, Жир-30, Угл-17		259
35	<b>Горошек овощной (консервированный).</b>	ЭЦ-13, Бел-1, Угл-2		131
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-31		354
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>				
180	<b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b> <i>капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат</i>	ЭЦ-65, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Кисель из яблок сушеных</b> <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-31		354
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.





**МЕНЮ**

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

**Завтрак**

50/50	<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b> <i>мишутай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар</i>	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
150	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b> <i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36		171
200	<b>Чай с сахаром.</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	

**Обед**

200	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
70	<b>Птица тушенная в соусе сметанном/</b> <i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-107, Бел-8, Жир-7, Угл-2		290
120	<b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b> <i>макаронны, масло сливочное</i>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
35	<b>Салат из квашеной капусты</b> <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>	ЭЦ-30, Бел-1, Жир-2, Угл-3		47
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	

**Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р**

180	<b>Суп картофельный с горохом .</b> <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-12		102
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

**МЕНЮ**

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

**Завтрак**

130/20	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным .</b> <small>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари вапировочные, сметана, яйцо куриное</small>	ЭЦ-405, Бел-22, Жир-17, Угл-42		223
200	<b>Кофейный напиток .</b> <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
100	<b>Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)</b>	ЭЦ-52, Угл-11		338
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-744, Бел-29, Жир-19, Угл-109	<b>64-30</b>	

**Обед**

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		108
70	<b>Тефтели мясные с соусом</b> <small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая</small>	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
120	<b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b> <small>крупа ячневая, масло сливочное</small>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
35	<b>Винегрет овощной .</b> <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</small>	ЭЦ-44, Жир-4, Угл-3		67
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <small>сахар, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-834, Бел-15, Жир-47, Угл-81	<b>90-00</b>	

**Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р**

180	<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-104, Бел-3, Жир-3, Угл-14		108
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <small>сахар, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>		ЭЦ-227, Бел-4, Жир-4, Угл-39	<b>26-00</b>	

**Итого за день** ЭЦ-1 805, Бел-48, Жир-71, Угл-229 **180-30**Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шановалов  
Н.Н.



# МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Завтрак</b>				
210/30	<b>Макароны отварные с сыром</b> <small>макароны, сыр, масло сливочное</small>	ЭЦ-401, Бел-16, Жир-19, Угл-41		204
200	<b>Какао с молоком..</b> <small>молоко с.м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
5	<b>Масло сливочное (порциями)</b>	ЭЦ-33, Жир-4		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	
<b>Обед</b>				
200	<b>Рассольник Ленинградский</b> <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
70	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <small>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</small>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
120	<b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное</small>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-88, Угл-23		70
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>				
180	<b>Рассольник Ленинградский</b> <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-77, Бел-1, Жир-4, Угл-9		96
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.



# МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b>Завтрак</b>				
50/50	<b>Птица отварная с соусом.</b> <i>царитенас-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-378, Бел-24, Жир-31, Угл-2		288
130	<b>Рис припущенный</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное</i>	ЭЦ-173, Бел-3, Жир-4, Угл-32		305
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <i>сахар, лимон, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>64-30</b>	
<b>Обед</b>				
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томаты, масло растительное, петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
60	<b>Сосиски отварные.</b>	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	<b>Каша рассыпчатая перловая с маслом.</b> <i>крупа перловая, масло сливочное</i>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
35	<b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b> <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-32, Жир-2, Угл-3		52
200	<b>Сок фруктовый или ягодный.</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>				
180	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <i>свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томаты, масло растительное, петрушка (корень), сахар</i>	ЭЦ-245, Бел-4, Жир-12, Угл-29		82
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	<b>Сок фруктовый или ягодный.</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
<b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 26 р</b>			<b>26-00</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>180-30</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

