

ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
250	Каша жидкая молочная из манной крупы . <i>молоко с медом 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-293, Бел-7, Жир-12, Угл-38		181
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	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
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
20	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-144, Бел-9, Жир-12		15
Итого за Завтрак		ЭЦ-839, Бел-26, Жир-35, Угл-102	64-30	
Обед				
250	Суп картофельный с вермишелью <i>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
100	Котлеты рубленые из филе птицы. <i>филе цб, молоко с медом 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное.</i>	ЭЦ-339, Бел-16, Жир-24, Угл-15		294
180	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>	ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43		171
100	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-250, Угл-65		70
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	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		ЭЦ-1 451, Бел-36, Жир-39, Угл-231		
Итого за день		ЭЦ-2 290, Бел-62, Жир-74, Угл-333	136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



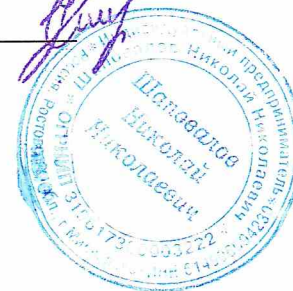
ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
200	Омлет натуральный. <i>яйцо куриное, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-209, Бел-19, Жир-35, Угл-4		210
100	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
200	Кофейный напиток. <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
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			64-30	
Обед				
250	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томаты</i>	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
100	Рыба, тушенная в томате с овощами <i>минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная, сахар</i>	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
180	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном. <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	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
Итого за Обед			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н. _____



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
70/50	Тефтели мясные с соусом <small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая</small>	ЭЦ-243, Бел-8, Жир-18, Угл-13		279
180	Каша рассыпчатая ячневая с маслом. <small>крупа ячневая, масло сливочное</small>	ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8		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			64-30	
Обед				
250	Суп картофельный с горохом . <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (зелень)</small>	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
180/100	Макаронник с мясом . <small>свинина, макароны, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, сосиски панцирные</small>	ЭЦ-734, Бел-37, Жир-41, Угл-53		285
100	Салат из белокачанной капусты свежей <small>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-60, Бел-1, Жир-3, Угл-6		45
200	Кисель из яблок сушеных <small>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-128, Угл-31		354
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				
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н. _____



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
250	Суп молочный с овсяной крупой <small>молоко с.м.д.ж.е 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-186, Бел-7, Жир-7, Угл-22		101
200	Какао с молоком.. <small>молоко с.м.д.ж.е 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
20	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-144, Бел-9, Жир-12		15
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		ЭЦ-818, Бел-29, Жир-33, Угл-96	64-30	
Обед				
250	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
180/100	Плов из курицы <small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томат</small>	ЭЦ-623, Бел-29, Жир-34, Угл-49		291
100	Салат из моркови с сахаром <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11		62
200	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб пшеничный	ЭЦ-122, Бел-3, Жир-1, Угл-20		560
Итого за Обед		ЭЦ-1 338, Бел-41, Жир-54, Угл-155	71-72	
Итого за день		ЭЦ-2 156, Бел-71, Жир-87, Угл-252	136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н. _____



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
70/50	Печень, тушенная в соусе <i>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-214, Бел-16, Жир-11, Угл-11		261
180	Каши рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-50		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	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			64-30	
<u>Обед</u>				
250	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</i>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-3, Угл-12		101
100	Котлеты ,биточки мясные. <i>свинина, молоко с жире 2,5%, хлеб пшеничный, сахар рафинированный, масло растительное.</i>	ЭЦ-370, Бел-13, Жир-29, Угл-15		268
180	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с жире 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
100	Икра свекольная <i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-111, Бел-1, Жир-8, Угл-9		75
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	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			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
250	Суп молочный с вермишелью. <small>молоко с жиром 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-150, Бел-5, Жир-5, Угл-18		120
200	Кофейный напиток. <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
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
20	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-144, Бел-9, Жир-12		15
Итого за Завтрак		ЭЦ-717, Бел-24, Жир-27, Угл-87	64-30	
Обед				
250	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат</small>	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
180/100	Жаркое по-домашнему <small>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло растительное.</small>	ЭЦ-644, Бел-20, Жир-50, Угл-28		259
100	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-38, Бел-3, Угл-6		131
200	Кисель из яблок сушеных <small>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-128, Угл-31		354
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-1 176, Бел-34, Жир-59, Угл-122	71-72	
Итого за день		ЭЦ-1 893, Бел-58, Жир-86, Угл-208	136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н. _____



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
70/30	Рыба, тушенная в томате с овощами <i>минтай, морковь, помидор, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная, сахар</i>	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
180	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>	ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	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			64-30	
Обед				
250	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
100	Птица тушенная в соусе сметанном/ <i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-153, Бел-12, Жир-10, Угл-4		290
180	Макаронные изделия отварные с маслом. <i>макаронны, масло сливочное</i>	ЭЦ-235, Бел-7, Жир-7, Угл-37		203
100	Салат из квашеной капусты <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-5, Угл-8		47
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	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			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
250/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	ЭЦ-729, Бел-39, Жир-30, Угл-76		223
	<i>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сулари папировочные, сметана</i>			
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20		379
	<i>сахар, кофейный напиток</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
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7		14
Итого за Завтрак			64-30	
Обед				
250	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-144, Бел-4, Жир-5, Угл-19		108
	<i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i>			
100	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11		279
	<i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томаты</i>			
180	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8		171
	<i>крупа ячневая., масло сливочное</i>			
100	Винегрет овощной .	ЭЦ-125, Бел-1, Жир-10, Угл-7		67
	<i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</i>			
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном.	ЭЦ-62, Угл-15		377
	<i>сахар, лимоны, чай черный</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			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
250	Макароны отварные с сыром <small>макароны, сыр, масло сливочное</small>	ЭЦ-418, Бел-17, Жир-20, Угл-43		204
200	Какао с молоком.. <small>молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
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			64-30	
<u>Обед</u>				
250	Рассольник Ленинградский <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-107, Бел-2, Жир-5, Угл-12		96
100	Печень, тушенная в соусе <small>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</small>	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9		261
180	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <small>крупа гречневая, масло сливочное</small>	ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-50		171
100	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-250, Угл-65		70
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</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			71-72	
Итого за день			136-02	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н. _____



ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
100	Птица отварная с соусом. <small>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-378, Бел-24, Жир-31, Угл-2		288
180	Рис припущенный <small>крупа рисовая, масло сливочное</small>	ЭЦ-240, Бел-4, Жир-5, Угл-44		305
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном. <small>сахар, 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-1 023, Бел-37, Жир-47, Угл-110	64-30
<u>Обед</u>				
250	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
100	Котлеты ,биточки мясные. <small>свинина, молоко с д.ж 2,3%, хлеб пшеничный, сухари панирочные, масло растительное.</small>	ЭЦ-370, Бел-13, Жир-29, Угл-15		268
180	Каша рассыпчатая перловая с маслом. <small>крупа перловая, масло сливочное</small>	ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8		171
100	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		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-1 572, Бел-31, Жир-97, Угл-140	71-72
Итого за день			ЭЦ-2 595, Бел-68, Жир-143, Угл-250	136-02

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаловалов
Н.Н. _____

