

## Меню приготавливаемых блюд на осенне-зимний период с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Прием пищи   | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена  |
|--|---------------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|-------|
|  |                                       |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |             |       |
| Рацион: Школа миллеровский район                                 |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
| Неделя: 1  |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
| День: понедельник  |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
| <b>Завтрак</b>   |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
|  | Тефтели мясные с соусом               | 50/50     | 6,33             | 14,65  | 10,55    | 202,73                  | 279         |       |
|  | Каша рассыпчатая ячневая с маслом.    | 120       | 1,05             | 27,29  | 5,39     | 271,35                  | 171         |       |
|  | Чай с сахаром.                        | 200       | 0,07             | 0,02   | 15       | 60                      | 376         |       |
|  | Хлеб пшеничный                        | 30        | 2,32             | 0,9    | 14,94    | 91,2                    | 560         |       |
|  | Масло сливочное ( порциями)           | 5         | 0,04             | 3,63   | 0,07     | 33,05                   | 14          |       |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |                                       | 455       | 9,81             | 46,49  | 45,95    | 658,33                  |             | 61,01 |
| <b>Обед</b>  |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
|  | Суп картофельный с горохом            | 220       | 6,29             | 42,38  | 13,74    | 483,34                  | 102         |       |
|  | Котлеты рубленые из филе птицы.       | 70        | 10,96            | 16,62  | 10,7     | 237,29                  | 294         |       |
|  | Соус сметанный №330                   | 20        | 0,28             | 1      | 1,17     | 14,82                   | 330         |       |
|  | Макаронные изделия отварные с маслом. | 120       | 4,35             | 4,66   | 24,4     | 156,86                  | 203         |       |
|  | Капуста тушеная . (Осенне-зимний)     | 35        | 0,8              | 0,94   | 3,42     | 25,74                   | 321         |       |
|  | 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>   |                                       | 715       | 30,18            | 68,24  | 130,99   | 1297,42                 |             | 85    |
| <b>Льготная категория питающихся (5-11кл)</b>                    |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
|  | Суп картофельный с горохом            | 220       | 6,29             | 42,38  | 13,74    | 483,34                  | 102         |       |
|  | 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 Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b> |                                       | 470       | 13,79            | 45,02  | 91,3     | 862,71                  |             | 30,39 |
| <b>Итого за день</b>   |                                       | 1 640     | 53,78            | 159,75 | 268,24   | 2818,46                 |             | 176,4 |
| Рацион: Школа миллеровский район                                 |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
| День: вторник  |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
| <b>Завтрак</b>   |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
|  | Омлет натуральный.                    | 140       | 13,44            | 24,26  | 2,63     | 146,4                   | 210         |       |
|  | Горошек овощной ( консервированный).  | 25        | 0,74             | 0,05   | 1,55     | 9,52                    | 131         |       |
|  | 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         |       |
|  | Масло сливочное ( порциями)           | 5         | 0,04             | 3,63   | 0,07     | 33,05                   | 14          |       |
|  | Сыр твердый (порциями)                | 15        | 6,96             | 8,85   |          | 108                     | 15          |       |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |                                       | 415       | 27,37            | 40,79  | 44,36    | 553,53                  |             | 61,01 |
| <b>Обед</b>  |                                       |           |                  |        |          |                         |             |       |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем.    | 220       | 1,55             | 4,36   | 6,95     | 78,98                   | 88          |       |
|  | Рыба , запеченная в сметанном соусе.  | 80        | 10,58            | 10,78  | 22,92    | 230,59                  | 232         |       |
|  | Картофельное пюре с маслом            | 120       | 2,58             | 7,46   | 17,34    | 150,15                  | 128         |       |
|  | Икра кабачковая.. (Осенне-зимний)     | 35        | 0,66             | 3,11   | 2,69     | 41,65                   | 57          |       |
|  | Чай с сахаром и лимоном.              | 200/15/7  | 0,13             | 0,02   | 15,2     | 62                      | 377         |       |
|  |                                       |           | 1,54             | 0,6    | 0,06     | 60,8                    | 560         |       |

(лист 2)

|  |                                    |          |       |       |        |         |     |       |
|--|------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|-----|-------|
| Итого за Обед  |                                    | 30       | 4,86  | 2,04  | 25,32  | 139,2   | 527 |       |
| Льготная категория питающихся (5-11 кл)                    | Хлеб ржано-пшеничный               | 727      | 21,9  | 28,37 | 100,38 | 763,37  |     | 85    |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем. | 220      | 1,55  | 4,36  | 6,95   | 78,98   | 88  |       |
|  | 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 |       |
| Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 30,39р |                                    | 492      | 8,08  | 7,02  | 57,43  | 340,98  |     | 30,39 |
| Итого за День  |                                    | 1 634    | 57,35 | 76,18 | 202,17 | 1637,88 |     | 176,4 |



| Рацион: Школа миллеровский район        | Прием пищи | Наименование блюда  | Неделя: 1    |                  |              |               | День: среда             |              |  |  | № рецептуры |
|---|------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|--|--|-------------|
|   |            |   | Вес блюда    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |              |  |  |             |
|   |            |   |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |              |  |  |             |
| Завтрак                                 |            | Запеканка из творога  | 150          | 20,7             | 19,67        | 20,55         | 341,68                  | 223          |  |  |             |
|   |            | Стушённое молоко  | 20           | 7,9              | 8,7          | 54,4          | 320                     | 579          |  |  |             |
|   |            | Кофейный напиток  | 200          |                  |              | 19,96         | 79,8                    | 379          |  |  |             |
|   |            | Хлеб пшеничный  | 30           | 2,32             | 0,9          | 14,94         | 91,2                    | 560          |  |  |             |
|   |            | <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>400</b>   | <b>30,92</b>     | <b>29,27</b> | <b>109,85</b> | <b>832,68</b>           | <b>61,01</b> |  |  |             |
| Обед                                    |            | Суп картофельный с вермишелью                                     | 220          | 2,37             | 2,5          | 15,36         | 104,06                  | 103          |  |  |             |
|   |            | Тефтели мясные с соусом   | 70           | 4,43             | 10,25        | 7,39          | 141,91                  | 279          |  |  |             |
|   |            | Каша рассыпчатая пшеничная с маслом                               | 120          | 5,24             | 6,02         | 28,49         | 191,78                  | 171          |  |  |             |
|   |            | Овощи соленные (огурец). (Осенне-зимний)                          | 35           | 0,14             |              | 22,75         | 87,5                    | 70           |  |  |             |
|   |            | <b>Итого за Обед</b>  | <b>695</b>   | <b>18,64</b>     | <b>21,46</b> | <b>140,67</b> | <b>852,88</b>           | <b>85</b>    |  |  |             |
| Льготная категория питающихся (5-11 кл) |            | Суп картофельный с вермишелью                                     | 220          | 2,37             | 2,5          | 15,36         | 104,06                  | 103          |  |  |             |
|   |            | 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 Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 30,39р</b> | <b>470</b>   | <b>8,83</b>      | <b>5,19</b>  | <b>82,04</b>  | <b>431,69</b>           | <b>30,39</b> |  |  |             |
| <b>Итого за день</b>                    |            |   | <b>1 565</b> | <b>58,39</b>     | <b>55,92</b> | <b>332,56</b> | <b>2117,25</b>          | <b>176,4</b> |  |  |             |

| Рацион: Школа миллеровский район        | Прием пищи | Наименование блюда                                      | Неделя: 1  |                  |              |              | День: четверг           |              |  |  | № рецептуры |
|---|------------|---|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|--|--|-------------|
|   |            |   | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность |              |  |  |             |
|   |            |   |            | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                         |              |  |  |             |
| Завтрак                                 |            | Каша жидкая молочная из манной крупы.                   | 200        | 5,88             | 9,58         | 30,39        | 234,02                  | 181          |  |  |             |
|   |            | Чай с сахаром.  | 200        | 0,07             | 0,02         | 15           | 60                      | 376          |  |  |             |
|   |            | Хлеб пшеничный  | 30         | 2,32             | 0,9          | 14,94        | 91,2                    | 560          |  |  |             |
|   |            | Масло сливочное ( порциями)                             | 5          | 0,04             | 3,63         | 0,07         | 33,05                   | 14           |  |  |             |
|   |            | <b>Итого за Завтрак</b>                                 | <b>450</b> | <b>6,96</b>      | <b>8,85</b>  | <b>60,4</b>  | <b>526,27</b>           | <b>61,01</b> |  |  |             |
| Обед                                    |            | Борщ с капустой и картофелем.                           | 220        | 1,52             | 4,55         | 10,56        | 89,89                   | 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           |  |  |             |
|   |            | Сок фруктовый или ягодный                               | 200        | 1                | 0,2          | 20,2         | 84,8                    | 369          |  |  |             |
|   |            | <b>Итого за Обед</b>                                    | <b>675</b> | <b>26,77</b>     | <b>28,17</b> | <b>99,73</b> | <b>781,48</b>           | <b>85</b>    |  |  |             |
| Льготная категория питающихся (5-11 кл) |            | Борщ с капустой и картофелем.                           | 220        | 1,52             | 4,55         | 10,56        | 89,89                   | 82           |  |  |             |
|   |            | Сок фруктовый или ягодный                               | 200        | 1                | 0,2          | 20,2         | 84,8                    | 369          |  |  |             |
|   |            | 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 Льготная категория питающихся (5-11 кл)</b> | <b>30</b>  | <b>4,86</b>      | <b>2,04</b>  | <b>25,32</b> | <b>139,2</b>            | <b>527</b>   |  |  |             |

|   |       |       |       |        |         |  |       |
|---|-------|-------|-------|--------|---------|--|-------|
| Итого за Льготная категория питающихся (5-1 кл) по 30,39р | 470   | 8,92  | 7,39  | 66,04  | 374,69  |  | 30,39 |
| Итого за день   | 1 595 | 50,96 | 58,54 | 226,17 | 1682,44 |  | 176,4 |



| Прием пищи                             | Наименование блюда                 | Неделя: 1               |                                    |       |          | День: пятница           |             |        |     | № рецептуры |  |  |
|--|------------------------------------|-------------------------|------------------------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|--------|-----|-------------|--|--|
|  |                                    | Вес блюда               | Пищевые вещества                   |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |        |     |             |  |  |
|  |                                    |                         | Белки                              | Жиры  | Углеводы |                         |             |        |     |             |  |  |
| Завтрак                                | Рыба, тушенная в томате с овощами  | 70                      | 6,83                               | 3,47  | 2,66     | 73,5                    | 229         |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 120                     | 2,4                                | 4,62  | 19,26    | 131,94                  | 125         |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 25                      | 0,1                                |       | 16,25    | 62,5                    | 70          |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 200                     | 0,07                               | 0,02  | 15       | 60                      | 376         |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 30                      | 2,32                               | 0,9   | 14,94    | 91,2                    | 560         |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 5                       | 0,04                               | 3,63  | 0,07     | 33,05                   | 14          |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 450                     | 11,76                              | 12,64 | 68,18    | 452,19                  | 61,01       |        |     |             |  |  |
|  |                                    | <b>Итого за Завтрак</b> |                                    |       |          |                         |             |        |     |             |  |  |
|  |                                    | Обед                    | Суп картофельный с крупой(ячневый) | 220   | 1,74     | 2,39                    | 10,66       | 75,46  | 101 |             |  |  |
|  |                                    |                         |                                    | 70    | 8,79     | 20,08                   | 10,56       | 259,05 | 268 |             |  |  |
| 120                                    | 6,77                               |                         |                                    | 7,19  | 33,17    | 227,96                  | 171         |        |     |             |  |  |
| 35                                     | 0,48                               |                         |                                    | 2,66  | 3,29     | 38,81                   | 75          |        |     |             |  |  |
| 200                                    | 1,1                                |                         |                                    |       | 42,28    | 179,37                  | 349         |        |     |             |  |  |
| 20                                     | 1,54                               |                         |                                    | 0,6   | 9,96     | 60,8                    | 560         |        |     |             |  |  |
| 30                                     | 4,86                               |                         |                                    | 2,04  | 25,32    | 139,2                   | 527         |        |     |             |  |  |
| 695                                    | 25,28                              |                         |                                    | 34,96 | 135,24   | 980,65                  | 85          |        |     |             |  |  |
| <b>Итого за Обед</b>                   |                                    |                         |                                    |       |          |                         |             |        |     |             |  |  |
| Льготная категория питающихся (5-11кл) | Суп картофельный с крупой(ячневый) |                         |                                    | 220   | 1,74     | 2,39                    | 10,66       | 75,46  | 101 |             |  |  |
|  |                                    | 200                     | 1,1                                |       | 42,28    | 179,37                  | 349         |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 20                      | 1,54                               | 0,6   | 9,96     | 60,8                    | 560         |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 30                      | 4,86                               | 2,04  | 25,32    | 139,2                   | 527         |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 470                     | 9,24                               | 5,03  | 88,22    | 454,83                  | 30,39       |        |     |             |  |  |
|  |                                    | 1 615                   | 46,28                              | 52,63 | 291,64   | 1887,67                 | 176,4       |        |     |             |  |  |
|  |                                    | <b>Итого за день</b>    |                                    |       |          |                         |             |        |     |             |  |  |

| Прием пищи           | Наименование блюда                    | Неделя: 2               |                                    |       |          | День: понедельник       |             |        |     | № рецептуры |  |  |
|----------------------|---------------------------------------|-------------------------|------------------------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|--------|-----|-------------|--|--|
|                      |                                       | Вес блюда               | Пищевые вещества                   |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |        |     |             |  |  |
|                      |                                       |                         | Белки                              | Жиры  | Углеводы |                         |             |        |     |             |  |  |
| Завтрак              | Суп молочный с макаронными изделиями. | 200                     | 4,38                               | 3,8   | 14,36    | 120                     | 120         |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | 200                     |                                    |       | 19,96    | 79,8                    | 379         |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | 30                      | 2,32                               | 0,9   | 14,94    | 91,2                    | 560         |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | 5                       | 0,04                               | 3,63  | 0,07     | 33,05                   | 14          |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | 15                      | 6,96                               | 8,85  |          | 108                     | 15          |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | 50                      | 2,95                               | 2,35  | 37,5     | 183                     | 332         |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | 500                     | 16,65                              | 19,53 | 86,83    | 615,05                  | 61,01       |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | <b>Итого за Завтрак</b> |                                    |       |          |                         |             |        |     |             |  |  |
|                      |                                       | Обед                    | Щи из свежей капусты с картофелем. | 220   | 1,55     | 4,36                    | 6,95        | 78,98  | 88  |             |  |  |
|                      |                                       |                         |                                    | 180   | 13,08    | 31,95                   | 17,7        | 413,71 | 259 |             |  |  |
| 35                   | 1,03                                  |                         |                                    | 0,07  | 2,17     | 13,33                   | 131         |        |     |             |  |  |
| 200                  | 1,1                                   |                         |                                    |       | 42,28    | 179,37                  | 349         |        |     |             |  |  |
| <b>Итого за день</b> |                                       |                         |                                    |       |          |                         |             |        |     |             |  |  |

Рацион: Школа миллеровский район

Рацион: Школа миллеровский район

(лист 5)

(лист 6)

|   |                                    |       |       |       |        |         |     |       |
|---|------------------------------------|-------|-------|-------|--------|---------|-----|-------|
| Итого за Обед   | Хлеб ржано-пшеничный               | 30    | 4,86  | 2,04  | 25,32  | 139,2   | 527 |       |
| Льготная категория питающихся (5-11 кл)                   |                                    | 685   | 23,16 | 39,02 | 104,38 | 885,39  |     | 85    |
|   | Щи из свежей капусты с картофелем. | 220   | 1,55  | 4,36  | 6,95   | 78,98   | 88  |       |
|   | 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 |       |
| Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р |                                    | 470   | 9,05  | 7     | 84,51  | 458,35  |     | 30,39 |
| Итого за день   |                                    | 1 655 | 48,86 | 65,55 | 275,72 | 1958,79 |     | 176,4 |



| Рацион: Школа миллеровский район          |   | Неделя: 2                           |                  |               |                         | День: вторник |       | № рецептуры |
|---|---|-------------------------------------|------------------|---------------|-------------------------|---------------|-------|-------------|
|   |   | Вес блюда                           | Пищевые вещества |               | Энергетическая ценность |               |       |             |
| Прием пищи                                | Наименование блюда                              | Белки                               | Жиры             | Углеводы      | Энергетическая ценность | № рецептуры   |       |             |
|   |   |                                     |                  |               |                         |               | Белки | Жиры        |
| Завтрак                                   | Печень, тушенная в соусе                        | 10,98                               | 7,66             | 7,18          | 142,34                  | 261           |       |             |
|   | Каша рассыпчатая пшеничная с маслом             | 5,24                                | 6,02             | 28,49         | 191,78                  | 171           |       |             |
|   | Салат из овощей отварной с растительным маслом. | 0,35                                | 1,5              | 2,07          | 23,2                    | 52            |       |             |
|   | Чай с сахаром и лимоном.                        | 0,13                                | 0,02             | 15,2          | 62                      | 377           |       |             |
|   | Масло сливочное ( порциями)                     | 0,04                                | 3,63             | 0,07          | 33,05                   | 14            |       |             |
|   | Хлеб пшеничный                                  | 2,32                                | 0,9              | 14,94         | 91,2                    | 560           |       |             |
|   | <b>Итого за Завтрак</b>                         | <b>19,06</b>                        | <b>19,73</b>     | <b>67,95</b>  | <b>543,57</b>           | <b>61,01</b>  |       |             |
|   | Обед  | Суп картофельный с горохом .        | 6,29             | 42,38         | 13,74                   | 483,34        | 102   |             |
|   |   | Птица тушенная в соусе сметанном/   | 8,36             | 7,08          | 2,46                    | 107,1         | 290   |             |
|   |   | Каша рассыпчатая гречневая с маслом | 6,77             | 7,19          | 33,17                   | 227,96        | 171   |             |
| Салат из квашеной капусты (Осенне-зимний) |   | 0,6                                 | 1,75             | 2,96          | 30                      | 47            |       |             |
| Кисель из яблок сушеных                   |   | 0,06                                | 0,05             | 31,4          | 127,63                  | 354           |       |             |
| Хлеб пшеничный                            |   | 1,54                                | 0,6              | 9,96          | 60,8                    | 560           |       |             |
| Хлеб ржано-пшеничный                      |   | 4,86                                | 2,04             | 25,32         | 139,2                   | 527           |       |             |
| <b>Итого за Обед</b>                      |   | <b>28,48</b>                        | <b>61,09</b>     | <b>119,01</b> | <b>1176,03</b>          | <b>85</b>     |       |             |
| Льготная категория питающихся (5-11 кл)   |   | 220                                 | 6,29             | 13,74         | 483,34                  | 102           |       |             |
| Итого за день                             |   | 1647                                | 60,29            | 267,38        | 2530,57                 | 176,4         |       |             |
| Рацион: Школа миллеровский район          |   | Неделя: 2                           |                  |               |                         | День: среда   |       |             |
| Прием пищи                                | Наименование блюда                              | Белки                               | Жиры             | Углеводы      | Энергетическая ценность | № рецептуры   |       |             |
|   |   |                                     |                  |               |                         |               | Белки | Жиры        |
| Завтрак                                   | Макароны отварные с сыром                       | 13,54                               | 15,92            | 34,11         | 334,4                   | 204           |       |             |
|   | Какао с молоком..                               | 3,87                                | 3,11             | 25,17         | 145,36                  | 382           |       |             |
|   | Хлеб пшеничный                                  | 2,32                                | 0,9              | 14,94         | 91,2                    | 560           |       |             |
|   | Масло сливочное ( порциями)                     | 0,04                                | 3,63             | 0,07          | 33,05                   | 14            |       |             |
|   | <b>Итого за Завтрак</b>                         | <b>19,77</b>                        | <b>23,55</b>     | <b>74,29</b>  | <b>604,01</b>           | <b>61,01</b>  |       |             |
|   | Обед  | Суп картофельный с клецками.        | 3,13             | 4,04          | 16,54                   | 126,94        | 108   |             |
|   |   | Гедтели мясные с соусом             | 4,43             | 10,25         | 7,39                    | 141,91        | 279   |             |
|   |   | Каша рассыпчатая пшеничная с маслом | 5,24             | 6,02          | 28,49                   | 191,78        | 171   |             |
|   |   | Винегрет овощной .                  | 0,49             | 3,51          | 2,55                    | 43,79         | 67    |             |
|   |   | Чай с сахаром и лимоном.            | 0,13             | 0,02          | 15,2                    | 62            | 377   |             |
| Хлеб пшеничный                            |   | 1,54                                | 0,6              | 9,96          | 60,8                    | 560           |       |             |
| Хлеб ржано-пшеничный                      |   | 4,86                                | 2,04             | 25,32         | 139,2                   | 527           |       |             |
| <b>Итого за Обед</b>                      |   | <b>19,82</b>                        | <b>26,48</b>     | <b>105,45</b> | <b>766,42</b>           | <b>85</b>     |       |             |
| Льготная категория питающихся (5-11 кл)   |   | 220                                 | 3,13             | 16,54         | 126,94                  | 108           |       |             |
| Итого за день                             |   | 1647                                | 60,29            | 267,38        | 2530,57                 | 176,4         |       |             |

|  |          |       |       |        |         |       |
|--|----------|-------|-------|--------|---------|-------|
| 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 Лыготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b> | 492      | 9,66  | 6,7   | 67,02  | 388,94  | 30,39 |
| <b>Итого за День</b>   | 1 644    | 49,25 | 56,73 | 246,76 | 1759,37 | 176,4 |



| Рацион: Школа миллеровский район               | Неделя: 2 | День: четверг   |                  |              |                         | № рецептуры   |                |              |
|--|-----------|---|------------------|--------------|-------------------------|---------------|----------------|--------------|
|  |           | Наименование блюда  | Пищевые вещества |              |                         |               |                |              |
|  |           |   | Вес блюда        | Белки        | Жиры                    |               | Углеводы       |              |
| Прием пищи                                     |           |   |                  |              | Энергетическая ценность |               |                |              |
| <b>Завтрак</b>                                 |           |   |                  |              |                         |               |                |              |
|  |           | Пудинг из творога (запеченный) с соусом и изюмом.                 | 170              | 17,51        | 14,79                   | 30,26         | 325,13         | 222          |
|  |           | Кофейный напиток.   | 200              |              |                         | 19,96         | 79,8           | 379          |
|  |           | Хлеб пшеничный  | 30               | 2,32         | 0,9                     | 14,94         | 91,2           | 560          |
|  |           | Масло сливочное ( порциями)                                       | 5                | 0,04         | 3,63                    | 0,07          | 33,05          | 14           |
|  |           | <b>Итого за Завтрак</b>   | <b>405</b>       | <b>19,87</b> | <b>19,32</b>            | <b>65,23</b>  | <b>529,18</b>  | <b>61,01</b> |
| <b>Обед</b>                                    |           |   |                  |              |                         |               |                |              |
|  |           | Рассольник Ленинградский  | 220              | 1,78         | 4,48                    | 10,54         | 94,38          | 96           |
|  |           | Рыба, тушенная в томате с овощами                                 | 80               | 7,8          | 3,96                    | 3,04          | 84             | 229          |
|  |           | Картофельное пюре с маслом  | 120              | 2,58         | 7,46                    | 17,34         | 150,15         | 128          |
|  |           | Овощи соленные (огурец). (Осанне-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>  | <b>705</b>       | <b>19,8</b>  | <b>18,54</b>            | <b>131,23</b> | <b>795,4</b>   | <b>85</b>    |
| <b>Льготная категория питающихся (5-11 кл)</b> |           |   |                  |              |                         |               |                |              |
|  |           | Рассольник Ленинградский  | 220              | 1,78         | 4,48                    | 10,54         | 94,38          | 96           |
|  |           | 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 Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 30,39р</b> | <b>470</b>       | <b>9,28</b>  | <b>7,12</b>             | <b>88,1</b>   | <b>473,75</b>  | <b>30,39</b> |
|  |           | <b>Итого за день</b>  | <b>1 580</b>     | <b>48,95</b> | <b>44,98</b>            | <b>284,56</b> | <b>1798,33</b> | <b>176,4</b> |

| Рацион: Школа миллеровский район               | Неделя: 2 | День: пятница                                   |                  |              |                         | № рецептуры  |               |              |
|--|-----------|---|------------------|--------------|-------------------------|--------------|---------------|--------------|
|  |           | Наименование блюда                              | Пищевые вещества |              |                         |              |               |              |
|  |           |   | Вес блюда        | Белки        | Жиры                    |              | Углеводы      |              |
| Прием пищи                                     |           |   |                  |              | Энергетическая ценность |              |               |              |
| <b>Завтрак</b>                                 |           |   |                  |              |                         |              |               |              |
|  |           | Птица отварная с соусом.                        | 70               | 16,81        | 21,48                   | 1,06         | 264,57        | 288          |
|  |           | Рис припущенный                                 | 120              | 2,91         | 3,44                    | 29,34        | 159,96        | 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          |
|  |           | Масло сливочное ( порциями)                     | 5                | 0,04         | 3,63                    | 0,07         | 33,05         | 14           |
|  |           | <b>Итого за Завтрак</b>                         | <b>447</b>       | <b>22,21</b> | <b>29,47</b>            | <b>60,61</b> | <b>610,78</b> | <b>61,01</b> |
| <b>Обед</b>                                    |           |   |                  |              |                         |              |               |              |
|  |           | Борщ с капустой и картофелем..                  | 220              | 1,52         | 4,55                    | 10,56        | 89,89         | 82           |
|  |           | Печень, тушенная в соусе                        | 70               | 9,61         | 6,7                     | 6,29         | 124,54        | 261          |
|  |           | Макаронные изделия отварные с маслом.           | 120              | 4,35         | 4,66                    | 24,4         | 156,86        | 203          |
|  |           | Салат из овощей отварной с растительным маслом. | 35               | 0,49         | 2,11                    | 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>                            | <b>695</b>       | <b>23,37</b> | <b>20,85</b>            | <b>99,62</b> | <b>688,57</b> | <b>85</b>    |
| <b>Льготная категория питающихся (5-11 кл)</b> |           |   |                  |              |                         |              |               |              |
|  |           | Борщ с капустой и картофелем..                  | 220              | 1,52         | 4,55                    | 10,56        | 89,89         | 82           |
|  |           | 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   |
| Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 30,39р | 470   | 8,92 | 7,39  | 66,04  | 374,69  |       |
| Итого за день  | 1 612 | 54,5 | 57,71 | 226,27 | 1674,04 | 30,39 |



|                            |        |        |        |         |         |       |
|----------------------------|--------|--------|--------|---------|---------|-------|
| Итого за период            | 16 187 | 528,61 | 753,88 | 2621,47 | 19864,8 | 176,4 |
| Среднее значение за период |        | 52,9   | 75,4   | 2621,47 | 19864,8 |       |

Составил \_\_\_\_\_

Администратор

Утвердил \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

(1ин)

## Школа миллеровский район с7 до11 лет и с 12 лет и старше

| Выход (г)   | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) | Номер рецептуры |
|---|--|---|-------------------------|-----------------|
| <b>Завтрак</b>  |  |   |                         |                 |
| 50/50   | <b>Тефтели мясные с соусом</b><br><small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томаты</small>              | ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11   |                         | 279             |
| 120   | <b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b><br><small>крупа ячневая., масло сливочное</small>  | ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5  |                         | 171             |
| 200   | <b>Чай с сахаром.</b><br><small>сахар, чай черный</small>  | ЭЦ-60, Угл-15   |                         | 376             |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15   |                         | 560             |
| 5   | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4  |                         | 14              |
| <b>Итого за Завтрак</b>                                 |  |   | <b>61-01</b>            |                 |
| <b>Обед</b>   |  |   |                         |                 |
| 220   | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>                          | ЭЦ-483, Бел-6, Жир-42, Угл-14   |                         | 102             |
| 70  | <b>Котлеты рубленые из филе птицы.</b><br><small>филе цб, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное.</small>         | ЭЦ-237, Бел-11, Жир-17, Угл-11  |                         | 294             |
| 20  | <b>Соус сметанный №330</b><br><small>сметана, мука пшеничная высшего сорта</small>   | ЭЦ-15, Жир-1, Угл-1   |                         | 330             |
| 120   | <b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b><br><small>макаронны, масло сливочное</small>  | ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24  |                         | 203             |
| 35  | <b>Капуста тушеная .</b><br><small>капуста белокочанная, томаты, лук репчатый, масло сливочное, кислота лимонная, сахар, морковь, мука пшеничная высшего сорта</small> | ЭЦ-26, Бел-1, Жир-1, Угл-3  |                         | 321             |
| 200   | <b>Компот из смеси</b><br><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>85-00</b>            |                 |
| <b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b> |  |   |                         |                 |
| 220   | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</small>                          | ЭЦ-483, Бел-6, Жир-42, Угл-14   |                         | 102             |
| 200   | <b>Компот из смеси</b><br><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 день</b>                                    |  |   | <b>30-39</b>            |                 |
| <b>Итого за день</b>                                    |  |   | <b>176-40</b>           |                 |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов





# МЕНЮ

(1вт)

## Школа миллеровский район с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход (г)  | Наименование блюда  | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) | Номер рецептуры |
|--|---|---|-------------------------|-----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>  |   |   |                         |                 |
| 140  | <b>Омлет натуральный.</b><br><small>яйцо куриное, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное</small>  | ЭЦ-146, Бел-13, Жир-24, Угл-3   |                         | 210             |
| 25   | <b>Горошек овощной (консервированный).</b>  | ЭЦ-10, Бел-1, Угл-2   |                         | 131             |
| 200  | <b>Какао с молоком..</b><br><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             |
| 5  | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4  |                         | 14              |
| 15   | <b>Сыр твердый (порциями)</b>   | ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9  |                         | 15              |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |   | ЭЦ-534, Бел-27, Жир-41, Угл-44  | <b>61-01</b>            |                 |
| <b><u>Обед</u></b>   |   |   |                         |                 |
| 220  | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат</small> | ЭЦ-79, Бел-2, Жир-4, Угл-7  |                         | 88              |
| 80   | <b>Рыба, запеченная в сметанном соусе.</b><br><small>минтай, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., масло сливочное, сыр</small>             | ЭЦ-231, Бел-11, Жир-11, Угл-23  |                         | 232             |
| 120  | <b>Картофельное пюре с</b><br><small>картофель, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное</small>  | ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17  |                         | 128             |
| 35   | <b>Икра кабачковая..</b>  | ЭЦ-42, Бел-1, Жир-3, Угл-3  |                         | 57              |
| 200/15/7   | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><small>сахар, лимоны, 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-763, Бел-22, Жир-28, Угл-100   | <b>85-00</b>            |                 |
| <b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</u></b> |   |   |                         |                 |
| 220  | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат</small> | ЭЦ-79, Бел-2, Жир-4, Угл-7  |                         | 88              |
| 200/15/7   | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><small>сахар, лимоны, 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 день</b>   |   | ЭЦ-1 638, Бел-57, Жир-76, Угл-202   | <b>176-40</b>           |                 |
| <b>Итого за день</b>   |   | ЭЦ-341, Бел-8, Жир-7, Угл-57  | <b>30-39</b>            |                 |

Руководитель  
МБОУ (МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



# МЕНЮ

(1стр)

## **Школа миллеровский район с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше**

| Выход (г)  | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) | Номер рецептуры |
|--|---|---|-------------------------|-----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>  |   |   |                         |                 |
| 150  | <b>Запеканка из творога</b><br><small>творог, сахар, крупа манная, масло сливочное, сахар рафинированный, сметана, яйцо куриное</small>                 | ЭЦ-342, Бел-21, Жир-20, Угл-21  |                         | 223             |
| 20   | <b>Сгущённое молоко</b>   | ЭЦ-320, Бел-8, Жир-9, Угл-54  |                         | 579             |
| 200  | <b>Кофейный напиток.</b><br><small>сахар, кофейный напиток</small>  | ЭЦ-80, Угл-20   |                         | 379             |
| 30   | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15   |                         | 560             |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |   |   | <b>61-01</b>            |                 |
| <b><u>Обед</u></b>   |   |   |                         |                 |
| 220  | <b>Суп картофельный с вермишелью</b><br><small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>                                 | ЭЦ-104, Бел-2, Жир-3, Угл-15  |                         | 103             |
| 70   | <b>Тефтели мясные с соусом</b><br><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 пшеничная с маслом</b><br><small>крупа пшеничная, масло сливочное</small>   | ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28  |                         | 171             |
| 35   | <b>Овощи соленые (огурцы).</b>  | ЭЦ-88, Угл-23   |                         | 70              |
| 200  | <b>Кисель из яблок сушеных</b><br><small>сахар, сушеные фрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>   | 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>85-00</b>            |                 |
| <b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</u></b> |   |   |                         |                 |
| 220  | <b>Суп картофельный с вермишелью</b><br><small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>                                 | ЭЦ-104, Бел-2, Жир-3, Угл-15  |                         | 103             |
| 200  | <b>Кисель из яблок сушеных</b><br><small>сахар, сушеные фрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</small>   | 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>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b>        |   |   | <b>30-39</b>            |                 |
| <b>Итого за день</b>   |   |   | <b>176-40</b>           |                 |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



## МЕНЮ

**Школа миллеровский район с7 до11 лет и с 12 лет и старше**

| Выход (г)  | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) | Номер<br>рецептуры |
|--|--|--|----------------------------|--------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>  |  |  |                            |                    |
| 200  | <b>Каша жидкая молочная из манной крупы.</b><br><i>молоко с мдмэ 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>  | ЭЦ-234, Бел-6, Жир-10, Угл-30  |                            | 181                |
| 200  | <b>Чай с сахаром.</b><br><i>сахар, чай черный</i>  | ЭЦ-60, Угл-15  |                            | 376                |
| 30   | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  |                            | 560                |
| 5  | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4   |                            | 14                 |
| 15   | <b>Сыр твердый (порциями)</b>  | ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9   |                            | 15                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |  |  | <b>61-01</b>               |                    |
| <b><u>Обед</u></b>   |  |  |                            |                    |
| 220  | <b>Борщ с капустой и картофелем..</b><br><i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-11  |                            | 82                 |
| 170  | <b>Плов из курицы</b><br><i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат</i>   | ЭЦ-378, Бел-17, Жир-21, Угл-30   |                            | 291                |
| 35   | <b>Салат из моркови с сахаром</b><br><i>морковь, сахар</i>   | ЭЦ-29, Угл-4   |                            | 62                 |
| 200  | <b>Сок фруктовый или</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>85-00</b>               |                    |
| <b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</u></b> |  |  |                            |                    |
| 220  | <b>Борщ с капустой и картофелем..</b><br><i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-11  |                            | 82                 |
| 200  | <b>Сок фруктовый или</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 день</b>   |  |  | <b>30-39</b>               |                    |
| <b>Итого за день</b>   |  |  | <b>176-40</b>              |                    |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов





# МЕНЮ

(1шт)

## Школа миллеровский район с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход (г)      | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) | Номер<br>рецептуры |
|----------------|---|--|----------------------------|--------------------|
| <u>Завтрак</u> |   |  |                            |                    |
| 70             | <b>Рыба, тушенная в томате<br/>с овощами</b><br><i>мишутай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., сахар</i> | ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3   |                            | 229                |
| 120            | <b>Картофель отварной с<br/>маслом сливочным</b><br><i>картофель, масло сливочное</i>   | ЭЦ-132, Бел-2, Жир-5, Угл-19   |                            | 125                |
| 25             | <b>Овощи соленые (огурец).</b>  | ЭЦ-63, Угл-16  |                            | 70                 |
| 200            | <b>Чай с сахаром.</b><br><i>сахар, чай черный</i>   | ЭЦ-60, Угл-15  |                            | 376                |
| 30             | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  |                            | 560                |
| 5              | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4   |                            | 14                 |

**Итого за Завтрак ЭЦ-452, Бел-12, Жир-13, Угл-68 61-01**

### Обед

|     |   |                               |  |     |
|-----|---|-------------------------------|--|-----|
| 220 | <b>Суп картофельный с<br/>крупой(ячневый)</b><br><i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</i>   | ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-11   |  | 101 |
| 70  | <b>Котлеты ,биточки мясные.</b><br><i>свинина, молоко с мдже 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное.</i> | ЭЦ-259, Бел-9, Жир-20, Угл-11 |  | 268 |
| 120 | <b>Каша рассыпчатая<br/>гречневая с маслом</b><br><i>крупа гречневая, масло сливочное</i>                                       | ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33  |  | 171 |
| 35  | <b>Икра свекольная</b><br><i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное., сахар</i>  | ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3           |  | 75  |
| 200 | <b>Компот из смеси</b><br><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 |

**Итого за Обед ЭЦ-981, Бел-25, Жир-35, Угл-135 85-00**

### Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р

|     |   |                              |  |     |
|-----|---|------------------------------|--|-----|
| 220 | <b>Суп картофельный с<br/>крупой(ячневый)</b><br><i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.</i> | ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-11  |  | 101 |
| 200 | <b>Компот из смеси</b><br><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 |

**Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р ЭЦ-455, Бел-9, Жир-5, Угл-88 30-39**

**Итого за день ЭЦ-1 888, Бел-46, Жир-53, Угл-290 176-40**

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.



# МЕНЮ

(2nn)

## Школа миллеровский район с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход (г)   | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания<br>(руб) | Номер<br>рецептуры |
|---|--|--|----------------------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>  |  |  |                            |                    |
| 200   | <b>Суп молочный с макаронными изделиями.</b><br><i>молоко с жиром 2,5%, вермишель, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i> | ЭЦ-120, Бел-4, Жир-4, Угл-14   |                            | 120                |
| 200   | <b>Кофейный напиток.</b><br><i>сахар, кофейный напиток</i>   | ЭЦ-80, Угл-20  |                            | 379                |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  |                            | 560                |
| 5   | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4   |                            | 14                 |
| 15  | <b>Сыр твердый (порциями)</b>  | ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9   |                            | 15                 |
| 50  | <b>Пряник ,(печенье)</b>   | ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38   |                            | 332                |
| <b>Итого за Завтрак</b>                                 |  |  | <b>61-01</b>               |                    |
| <b>Обед</b>   |  |  |                            |                    |
| 220   | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томаты</i>                   | ЭЦ-79, Бел-2, Жир-4, Угл-7   |                            | 88                 |
| 180   | <b>Жаркое по-домашнему</b><br><i>картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное.</i>   | ЭЦ-414, Бел-13, Жир-32, Угл-18   |                            | 259                |
| 35  | <b>Горошек овощной (консервированный).</b>   | ЭЦ-13, Бел-1, Угл-2  |                            | 131                |
| 200   | <b>Компот из смеси сухофруктов, сахар, кислота лимонная.</b>   | 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>85-00</b>               |                    |
| <b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b> |  |  |                            |                    |
| 220   | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томаты</i>                   | ЭЦ-79, Бел-2, Жир-4, Угл-7   |                            | 88                 |
| 200   | <b>Компот из смеси сухофруктов, сахар, кислота лимонная.</b>   | 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 день</b>                                    |  |  | <b>30-39</b>               |                    |
| <b>Итого за день</b>                                    |  |  | <b>176-40</b>              |                    |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

Шапова





# МЕНЮ

(2вт)

## Школа миллеровский район с7 до11 лет и с 12 лет и старше

| Выход (г)   | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб)                   | Номер рецептуры |
|---|---|---|---|-----------------|
| <b>Завтрак</b>  |   |   |   |                 |
| 60/20   | <b>Печень, тушенная в соусе</b><br><i>печень (куриная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>                | ЭЦ-142, Бел-11, Жир-8, Угл-7  |   | 261             |
| 120   | <b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b><br><i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>   | ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28  |   | 171             |
| 25  | <b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b><br><i>свекла, масло растительное.</i>  | ЭЦ-23, Жир-2, Угл-2   |   | 52              |
| 200/15/7  | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><i>сахар, лимоны, чай черный</i>   | ЭЦ-62, Угл-15   |   | 377             |
| 5   | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4  |   | 14              |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15   |   | 560             |
| <b>Итого за Завтрак</b>                                 |   |   | <b>ЭЦ-544, Бел-19, Жир-20, Угл-68</b>     | <b>61-01</b>    |
| <b>Обед</b>   |   |   |   |                 |
| 220   | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i> | ЭЦ-483, Бел-6, Жир-42, Угл-14   |   | 102             |
| 70  | <b>Птица тушенная в соусе сметанном/</b><br><i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>                | ЭЦ-107, Бел-8, Жир-7, Угл-2   |   | 290             |
| 120   | <b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b><br><i>крупа гречневая, масло сливочное</i>   | ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33  |   | 171             |
| 35  | <b>Салат из квашеной капусты</b><br><i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>                                 | ЭЦ-30, Бел-1, Жир-2, Угл-3  |   | 47              |
| 200   | <b>Кисель из яблок сушеных</b><br><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>ЭЦ-1 176, Бел-28, Жир-61, Угл-119</b>  | <b>85-00</b>    |
| <b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b> |   |   |   |                 |
| 220   | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i> | ЭЦ-483, Бел-6, Жир-42, Угл-14   |   | 102             |
| 200   | <b>Кисель из яблок сушеных</b><br><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 день</b>                                    |   |   | <b>ЭЦ-811, Бел-13, Жир-45, Угл-80</b>     | <b>30-39</b>    |
| <b>Итого за день</b>                                    |   |   | <b>ЭЦ-2 531, Бел-60, Жир-126, Угл-267</b> | <b>176-40</b>   |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов





# МЕНЮ

(2ср)

## Школа миллеровский район с7 до11 лет и с 12 лет и старше

| Выход (г)  | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания (руб) | Номер<br>рецептуры |
|--|---|--|----------------------------|--------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>  |   |  |                            |                    |
| 200  | <b>Макаронны отварные с</b><br><i>макаронны, сыр, масло сливочное</i>   | ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34   |                            | 204                |
| 200  | <b>Какао с молоком..</b><br><i>молоко с мджэ 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                |
| 5  | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4   |                            | 14                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |   |  | <b>61-01</b>               |                    |
| <b><u>Обед</u></b>   |   |  |                            |                    |
| 220  | <b>Суп картофельный с<br/>клецками.</b><br><i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i> | ЭЦ-127, Бел-3, Жир-4, Угл-17   |                            | 108                |
| 70   | <b>Тефтели мясные с соусом</b><br><i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат, крупа рисовая</i>  | ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7   |                            | 279                |
| 120  | <b>Каша рассыпчатая<br/>пшеничная с маслом</b><br><i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>   | ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28   |                            | 171                |
| 35   | <b>Винегрет овощной .</b><br><i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</i>  | ЭЦ-44, Жир-4, Угл-3  |                            | 67                 |
| 200/15/7   | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><i>сахар, лимоны, 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>85-00</b>               |                    |
| <b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</u></b> |   |  |                            |                    |
| 220  | <b>Суп картофельный с<br/>клецками.</b><br><i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i> | ЭЦ-127, Бел-3, Жир-4, Угл-17   |                            | 108                |
| 200/15/7   | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><i>сахар, лимоны, 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 день</b>   |   |  | <b>176-40</b>              |                    |
| <b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b>        |   |  | <b>30-39</b>               |                    |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



**Школа миллеровский район с7 до11 лет и с 12 лет и старше**

| Выход (г)  | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) | Номер<br>рецептуры |
|--|--|--|-------------------------|--------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>  |  |  |                         |                    |
| 70   | <b>Птица отварная с соусом.</b><br><i>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень)</i>                                   | ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1  |                         | 288                |
| 120  | <b>Рис припущенный</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное</i>  | ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29   |                         | 305                |
| 200/15/7   | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><i>сахар, лимоны, чай черный</i>  | ЭЦ-62, Угл-15  |                         | 377                |
| 30   | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  |                         | 560                |
| 5  | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4   |                         | 14                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |  |  | <b>61-01</b>            |                    |
| <b><u>Обед</u></b>   |  |  |                         |                    |
| 220  | <b>Борщ с капустой и картофелем..</b><br><i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-11  |                         | 82                 |
| 70   | <b>Печень, тушенная в соусе</b><br><i>печень (куриная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>   | ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6   |                         | 261                |
| 120  | <b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b><br><i>макаронны, масло сливочное</i>  | ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24   |                         | 203                |
| 35   | <b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b><br><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>85-00</b>            |                    |
| <b><u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</u></b> |  |  |                         |                    |
| 220  | <b>Борщ с капустой и картофелем..</b><br><i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар</i> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-11  |                         | 82                 |
| 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 день</b>   |  |  | <b>30-39</b>            |                    |
| <b>Итого за день</b>   |  |  | <b>176-40</b>           |                    |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП  
Шаповалов  
Н.И.

**Меню приготавливаемых блюд для ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше**

Рацион: ОВЗ

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи              | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена  |
|-------------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|-------|
|                         |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |       |
| Завтрак                 | Тефтели мясные с соусом            | 50/50     | 6,33             | 14,65 | 10,55    | 202,73                  | 279         |       |
|                         | Каша рассыпчатая ячневая с маслом. | 120       | 1,05             | 27,29 | 5,39     | 271,35                  | 171         |       |
|                         | Чай с сахаром.                     | 200       | 0,07             | 0,02  | 15       | 60                      | 376         |       |
|                         | Хлеб пшеничный                     | 30        | 2,32             | 0,9   | 14,94    | 91,2                    | 560         |       |
|                         | Масло сливочное ( порциями)        | 5         | 0,04             | 3,63  | 0,07     | 33,05                   | 14          |       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                    | 455       | 9,81             | 46,49 | 45,95    | 658,33                  |             |       |
| Обед                    | Суп картофельный с горохом         | 180       | 5,15             | 34,67 | 11,24    | 395,46                  | 102         |       |
|                         | Хлеб пшеничный                     | 20        | 1,54             | 0,6   | 9,96     | 60,8                    | 560         |       |
|                         |                                    | 200       | 6,69             | 35,27 | 21,2     | 456,26                  |             |       |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                    | 655       | 16,5             | 81,76 | 67,15    | 1114,59                 |             | 60-00 |

(лист 2)

Рацион: ОВЗ

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи              | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена  |
|-------------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|-------|
|                         |                                      |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |       |
| Завтрак                 | Омлет натуральный.                   | 140       | 13,44            | 24,26 | 2,63     | 146,4                   | 210         |       |
|                         | Горошек овощной ( консервированный). | 25        | 0,74             | 0,05  | 1,55     | 9,52                    | 131         |       |
|                         | 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         |       |
|                         | Масло сливочное ( порциями)          | 5         | 0,04             | 3,63  | 0,07     | 33,05                   | 14          |       |
|                         | Сыр твердый (порциями)               | 15        | 6,96             | 8,85  |          | 108                     | 15          |       |
|                         |                                      | 415       | 27,37            | 40,79 | 44,36    | 533,53                  |             |       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                      | 180       | 1,27             | 3,56  | 5,69     | 64,62                   | 88          |       |
| Обед                    | Щи из свежей капусты с картофелем.   | 20        | 1,54             | 0,6   | 9,96     | 60,8                    | 560         |       |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 200       | 2,81             | 4,16  | 15,65    | 125,42                  |             |       |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                      | 615       | 30,18            | 44,95 | 60,01    | 658,95                  |             | 60-00 |



Рацион: ОБЗ  
Неделя: 1  
День: среда

| Прием пищи              | Наименование блюда            | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена         |
|-------------------------|-------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|--------------|
|                         |                               |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |              |
| Завтрак                 | Запеканка из творога          | 150        | 20,7             | 19,67        | 20,55         | 341,68                  | 223         |              |
|                         | Слушанное молоко              | 20         | 7,9              | 8,7          | 54,4          | 320                     | 579         |              |
|                         | Кофейный напиток              | 200        |                  |              | 19,96         | 79,8                    | 379         |              |
|                         | Хлеб пшеничный                | 30         | 2,32             | 0,9          | 14,94         | 91,2                    | 560         |              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                               | <b>400</b> | <b>30,92</b>     | <b>29,27</b> | <b>109,85</b> | <b>832,68</b>           |             |              |
| Обед                    | 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         |              |
| <b>Итого за Обед</b>    |                               | <b>200</b> | <b>3,48</b>      | <b>2,64</b>  | <b>22,53</b>  | <b>145,94</b>           |             |              |
| <b>Итого за День</b>    |                               | <b>600</b> | <b>34,4</b>      | <b>31,91</b> | <b>132,38</b> | <b>978,62</b>           |             | <b>60-00</b> |

Рацион: ОБЗ  
Неделя: 1  
День: четверг

| Прием пищи              | Наименование блюда                   | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |             | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена         |
|-------------------------|--------------------------------------|------------|------------------|--------------|-------------|-------------------------|-------------|--------------|
|                         |                                      |            | Белки            | Жиры         | Углеводы    |                         |             |              |
| Завтрак                 | Каша жидкая молочная из манной крупы | 200        | 5,88             | 9,58         | 30,39       | 234,02                  | 181         |              |
|                         | Чай с сахаром                        | 200        | 0,07             | 0,02         | 15          | 60                      | 376         |              |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 30         | 2,32             | 0,9          | 14,94       | 91,2                    | 560         |              |
|                         | Масло сливочное (порциями)           | 5          | 0,04             | 3,63         | 0,07        | 33,05                   | 14          |              |
|                         | Сыр твердый (порциями)               | 15         | 6,96             | 8,85         |             | 108                     | 15          |              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                      | <b>450</b> | <b>15,27</b>     | <b>22,98</b> | <b>60,4</b> | <b>526,27</b>           |             |              |
| Обед                    | Борщ с капустой и картофелем         | 180        | 1,24             | 3,73         | 8,64        | 73,55                   | 82          |              |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 20         | 1,54             | 0,6          | 9,96        | 60,8                    | 560         |              |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                      | <b>200</b> | <b>2,78</b>      | <b>4,33</b>  | <b>18,6</b> | <b>134,35</b>           |             |              |
| <b>Итого за День</b>    |                                      | <b>650</b> | <b>18,05</b>     | <b>27,31</b> | <b>79</b>   | <b>660,62</b>           |             | <b>60-00</b> |

| Прием пищи              | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена  |               |      |          |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|-------|---------------|------|----------|
|                         |                                       |           | Неделя: 1        |       |          |                         |             |       | День: пятница |      |          |
|                         |                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |       | Белки         | Жиры | Углеводы |
| Завтрак                 | Рыба, тушенная в томате с овощами     | 70        | 6,83             | 3,47  | 2,66     | 73,5                    | 229         |       |               |      |          |
|                         | Картофель отварной с маслом сливочным | 120       | 2,4              | 4,62  | 19,26    | 131,94                  | 125         |       |               |      |          |
|                         | Овощи соленые (огурец)                | 25        | 0,1              |       | 16,25    | 62,5                    | 70          |       |               |      |          |
|                         | Чай с сахаром                         | 200       | 0,07             | 0,02  | 15       | 60                      | 376         |       |               |      |          |
|                         | Хлеб пшеничный                        | 30        | 2,32             | 0,9   | 14,94    | 91,2                    | 560         |       |               |      |          |
|                         | Масло сливочное (порциями)            | 5         | 0,04             | 3,63  | 0,07     | 33,05                   | 14          |       |               |      |          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | 450       | 11,76            | 12,64 | 68,18    | 452,19                  |             |       |               |      |          |
| Обед                    | 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         |       |               |      |          |
|                         | <b>Итого за Обед</b>                  | 200       | 2,96             | 2,55  | 18,68    | 122,54                  |             |       |               |      |          |
| <b>Итого за день</b>    |                                       | 650       | 14,72            | 15,19 | 86,86    | 574,73                  |             | 60-00 |               |      |          |

| Прием пищи              | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена  |                   |      |          |
|-------------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|-------|-------------------|------|----------|
|                         |                                      |           | Неделя: 2        |       |          |                         |             |       | День: понедельник |      |          |
|                         |                                      |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |       | Белки             | Жиры | Углеводы |
| Завтрак                 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200       | 4,38             | 3,8   | 14,36    | 120                     | 120         |       |                   |      |          |
|                         | Кофейный напиток                     | 200       |                  |       | 19,96    | 79,8                    | 379         |       |                   |      |          |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 30        | 2,32             | 0,9   | 14,94    | 91,2                    | 560         |       |                   |      |          |
|                         | Масло сливочное (порциями)           | 5         | 0,04             | 3,63  | 0,07     | 33,05                   | 14          |       |                   |      |          |
|                         | Сыр твердый (порциями)               | 15        | 6,96             | 8,85  |          | 108                     | 15          |       |                   |      |          |
|                         | Пряники                              | 50        | 2,95             | 2,35  | 37,5     | 183                     | 332         |       |                   |      |          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                      | 500       | 16,65            | 19,53 | 86,83    | 615,05                  |             |       |                   |      |          |
| Обед                    | 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         |       |                   |      |          |
|                         | <b>Итого за Обед</b>                 | 200       | 2,81             | 4,16  | 15,65    | 125,42                  |             |       |                   |      |          |
| <b>Итого за день</b>    |                                      | 700       | 19,46            | 23,69 | 102,48   | 740,47                  |             | 60-00 |                   |      |          |





| Прием пищи           | Наименование блюда                              | Вес блюда                  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры   | Цена |  |
|----------------------|---|----------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|------|--|
|                      |   |                            | Неделя: 2        |              |               |                         |               |      |  |
|                      |   |                            | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |               |      |  |
| Завтрак              | Печень, тушенная в соусе                        | 60/20                      | 10,98            | 7,66         | 7,18          | 142,34                  | 261           |      |  |
|                      | Каша рассыпчатая пшеничная с маслом             | 120                        | 5,24             | 6,02         | 28,49         | 191,78                  | 171           |      |  |
|                      | Сапат из свеклы отварной с растительным маслом. | 25                         | 0,35             | 1,5          | 2,07          | 23,2                    | 52            |      |  |
|                      | Чай с сахаром и лимоном.                        | 200/15/7                   | 0,13             | 0,02         | 15,2          | 62                      | 377           |      |  |
|                      | Масло сливочное ( порциями)                     | 5                          | 0,04             | 3,63         | 0,07          | 33,05                   | 14            |      |  |
|                      | Хлеб пшеничный                                  | 30                         | 2,32             | 0,9          | 14,94         | 91,2                    | 560           |      |  |
|                      | <b>Итого за Завтрак</b>                         | <b>482</b>                 | <b>19,06</b>     | <b>19,73</b> | <b>67,95</b>  | <b>543,57</b>           |               |      |  |
|                      | Обед  | Суп картофельный с горохом | 180              | 5,15         | 34,67         | 11,24                   | 395,46        | 102  |  |
|                      |   | Хлеб пшеничный             | 20               | 1,54         | 0,6           | 9,96                    | 60,8          | 560  |  |
|                      |   | <b>Итого за Обед</b>       | <b>200</b>       | <b>6,69</b>  | <b>35,27</b>  | <b>21,2</b>             | <b>456,26</b> |      |  |
| <b>Итого за день</b> | <b>682</b>                                      | <b>25,75</b>               | <b>55</b>        | <b>89,15</b> | <b>999,83</b> |                         | <b>60-00</b>  |      |  |

| Прием пищи           | Наименование блюда           | Вес блюда    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры  | Цена |
|----------------------|------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|------|
|                      |                              |              | Неделя: 2        |              |               |                         |              |      |
|                      |                              |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |              |      |
| Завтрак              | Макаронные отварные с сыром  | 200          | 13,54            | 15,92        | 34,11         | 334,4                   | 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          |      |
|                      | Масло сливочное ( порциями)  | 5            | 0,04             | 3,63         | 0,07          | 33,05                   | 14           |      |
|                      | <b>Итого за Завтрак</b>      | <b>435</b>   | <b>19,77</b>     | <b>23,55</b> | <b>74,29</b>  | <b>604,01</b>           |              |      |
| Обед                 | 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          |      |
|                      | <b>Итого за Обед</b>         | <b>200</b>   | <b>4,1</b>       | <b>3,91</b>  | <b>23,49</b>  | <b>164,66</b>           |              |      |
| <b>Итого за день</b> | <b>635</b>                   | <b>23,87</b> | <b>27,46</b>     | <b>97,78</b> | <b>768,67</b> |                         | <b>60-00</b> |      |

|                            |       |        |        |        |         |
|----------------------------|-------|--------|--------|--------|---------|
| Итого за период            | 6 439 | 230,78 | 364,65 | 877,84 | 7908,81 |
| Среднее значение за период |       | 23,1   | 36,5   | 87,8   | 790,81  |

Составил \_\_\_\_\_ Администратор 2

Утвердил \_\_\_\_\_



## ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход<br>(г)            | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг). | Номер<br>рецептуры |
|-------------------------|--|---|--------------------|
| <b>Завтрак</b>          |  |   |                    |
| 50/50                   | <b>Тефтели мясные с соусом</b><br><i>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томат</i> | ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11   | 279                |
| 120                     | <b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b><br><i>крупа ячневая, масло сливочное</i>   | ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5  | 171                |
| 200                     | <b>Чай с сахаром.</b><br><i>сахар, чай черный</i>  | ЭЦ-60, Угл-15   | 376                |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15   | 560                |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4  | 14                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | ЭЦ-658, Бел-10, Жир-46, Угл-46  |                    |
| <b>Обед</b>             |  |   |                    |
| 180                     | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>            | ЭЦ-395, Бел-5, Жир-35, Угл-11   | 102                |
| 20                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10   | 560                |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | ЭЦ-456, Бел-7, Жир-35, Угл-21   |                    |
| <b>Итого за день</b>    |  |   | <b>60-00</b>       |

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У) \_\_\_\_\_

Повар  
\_\_\_\_\_

ИП Шаповалов





## ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход<br>(г)            | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер<br>рецептуры |
|-------------------------|--|--|--------------------|
| <b>Завтрак</b>          |  |  |                    |
| 140                     | <b>Омлет натуральный.</b><br><i>яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>   | ЭЦ-146, Бел-13, Жир-24, Угл-3  | 210                |
| 25                      | <b>Горошек овощной (консервированный).</b>   | ЭЦ-10, Бел-1, Угл-2  | 131                |
| 200                     | <b>Какао с молоком.</b><br><i>молоко с мдж 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                |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4   | 14                 |
| 15                      | <b>Сыр твердый (порциями)</b>  | ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9   | 15                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | ЭЦ-534, Бел-27, Жир-41, Угл-44   |                    |
| <b>Обед</b>             |  |  |                    |
| 180                     | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><i>капуста белокочанная, 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                |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | ЭЦ-125, Бел-3, Жир-4, Угл-16   |                    |
| <b>Итого за день</b>    |  | ЭЦ-659, Бел-30, Жир-45, Угл-60   | <b>60-00</b>       |

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У \_\_\_\_\_

Повар  
\_\_\_\_\_

ИП Шаповалов  
И.Н.  
\_\_\_\_\_



## ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход<br>(г)            | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер<br>рецептуры |
|-------------------------|--|--|--------------------|
| <b>Завтрак</b>          |  |  |                    |
| 150                     | <b>Запеканка из творога</b><br><i>творог, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, яйцо куриное</i> | ЭЦ-342, Бел-21, Жир-20, Угл-21   | 223                |
| 20                      | <b>Сгущённое молоко</b>  | ЭЦ-320, Бел-8, Жир-9, Угл-54   | 579                |
| 200                     | <b>Кофейный напиток.</b><br><i>сахар, кофейный напиток</i>   | ЭЦ-80, Угл-20  | 379                |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  | 560                |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | ЭЦ-833, Бел-31, Жир-29, Угл-110  |                    |
| <b>Обед</b>             |  |  |                    |
| 180                     | <b>Суп картофельный с<br/>вермишелью</b><br><i>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное.</i>            | ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-13  | 103                |
| 20                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10  | 560                |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | ЭЦ-146, Бел-3, Жир-3, Угл-23   |                    |
| <b>Итого за день</b>    |  | ЭЦ-979, Бел-34, Жир-32, Угл-132  | <b>60-00</b>       |

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У/\_\_\_\_\_

Повар  
\_\_\_\_\_

ИП Шаповалов  
И.И.  
Шаповалов  
Николаевич



## ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход<br>(г)            | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер<br>рецензуры |
|-------------------------|---|--|--------------------|
| <b>Завтрак</b>          |   |  |                    |
| 200                     | <b>Каша жидкая молочная из манной крупы.</b><br><i>молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>  | ЭЦ-234, Бел-6, Жир-10, Угл-30  | 181                |
| 200                     | <b>Чай с сахаром.</b><br><i>сахар, чай черный</i>   | ЭЦ-60, Угл-15  | 376                |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  | 560                |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4   | 14                 |
| 15                      | <b>Сыр твердый (порциями)</b>   | ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9   | 15                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | ЭЦ-526, Бел-15, Жир-23, Угл-60   |                    |
| <b>Обед</b>             |   |  |                    |
| 180                     | <b>Борщ с капустой и картофелем..</b><br><i>свекла, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, томаты, масло растительное, петрушка (корень), сахар</i> | ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9   | 82                 |
| 20                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10  | 560                |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | ЭЦ-134, Бел-3, Жир-4, Угл-19   |                    |
| <b>Итого за день</b>    |   | ЭЦ-661, Бел-18, Жир-27, Угл-79   | <b>60-00</b>       |

Руководитель  
МБОУ(МБДО)  
У \_\_\_\_\_

Повар  
\_\_\_\_\_

ИП Шаповалов  
Н.Н.





## ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер рецептуры |
|-------------------------|--|---|-----------------|
| <u>Завтрак</u>          |  |   |                 |
| 70                      | <b>Рыба, тушеная в томате с овощами</b><br><i>минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар</i> | ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3  | 229             |
| 120                     | <b>Картофель отварной с маслом сливочным</b><br><i>картофель, масло сливочное</i>  | ЭЦ-132, Бел-2, Жир-5, Угл-19  | 125             |
| 25                      | <b>Овощи соленые (огурец).</b>   | ЭЦ-63, Угл-16   | 70              |
| 200                     | <b>Чай с сахаром.</b><br><i>сахар, чай черный</i>  | ЭЦ-60, Угл-15   | 376             |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15   | 560             |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4  | 14              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | ЭЦ-452, Бел-12, Жир-13, Угл-68  |                 |
| <u>Обед</u>             |  |   |                 |
| 180                     | <b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b><br><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             |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | ЭЦ-123, Бел-3, Жир-3, Угл-19  |                 |
| <b>Итого за день</b>    |  | ЭЦ-575, Бел-15, Жир-15, Угл-87  | <b>60-00</b>    |

Руководитель  
МБОУ(МБДО)  
У) \_\_\_\_\_

Повар  
\_\_\_\_\_

ИП Шаповалов  
\_\_\_\_\_



## ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше

| Выход<br>(г)            | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер<br>рецептуры |
|-------------------------|--|--|--------------------|
| <u>Завтрак</u>          |  |  |                    |
| 200                     | <b>Суп молочный с макаронными изделиями.</b><br><i>молоко с м.д.ж 2,5%, вермишель, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i> | ЭЦ-120, Бел-4, Жир-4, Угл-14   | 120                |
| 200                     | <b>Кофейный напиток.</b><br><i>сахар, кофейный напиток</i>   | ЭЦ-80, Угл-20  | 379                |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  | 560                |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4   | 14                 |
| 15                      | <b>Сыр твердый (порциями)</b>  | ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9   | 15                 |
| 50                      | <b>Пряники</b>   | ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38   | 332                |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | ЭЦ-615, Бел-17, Жир-20, Угл-87   |                    |
| <u>Обед</u>             |  |  |                    |
| 180                     | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><i>капуста белокочанная, 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                |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | ЭЦ-125, Бел-3, Жир-4, Угл-16   |                    |
| <b>Итого за день</b>    |  | ЭЦ-740, Бел-19, Жир-24, Угл-102  | <b>60-00</b>       |

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У) \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

ИП Шаповалов

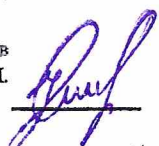


**ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше**

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер рецептуры |
|-------------------------|---|---|-----------------|
| <b>Завтрак</b>          |   |   |                 |
| 60/20                   | <b>Печень, тушенная в соусе</b><br><i>печень (куриная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>                | ЭЦ-142, Бел-11, Жир-8, Угл-7  | 261             |
| 120                     | <b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b><br><i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>   | ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28  | 171             |
| 25                      | <b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b><br><i>свекла, масло растительное.</i>  | ЭЦ-23, Жир-2, Угл-2   | 52              |
| 200/15/7                | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><i>сахар, лимоны, чай черный</i>   | ЭЦ-62, Угл-15   | 377             |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4  | 14              |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15   | 560             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | ЭЦ-544, Бел-19, Жир-20, Угл-68  |                 |
| <b>Обед</b>             |   |   |                 |
| 180                     | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i> | ЭЦ-395, Бел-5, Жир-35, Угл-11   | 102             |
| 20                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10   | 560             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | ЭЦ-456, Бел-7, Жир-35, Угл-21   |                 |
| <b>Итого за день</b>    |   | ЭЦ-1 000, Бел-26, Жир-55, Угл-89  | <b>60-00</b>    |

Руководитель  
МБОУ(МБДО)  
У) \_\_\_\_\_

Повар  
\_\_\_\_\_

ИП Шаповалов  
Н.Н.  




**ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше**

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер рецептуры |
|-------------------------|---|---|-----------------|
| <b>Завтрак</b>          |   |   |                 |
| 200                     | <b>Макароньы отварные с</b><br><i>макароньы, сыр, масло сливочное</i>   | ЭЦ-334, Бел-14, Жир-16, Угл-34  | 204             |
| 200                     | <b>Какао с молоком.</b><br><i>молоко с жиром 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             |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4  | 14              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | ЭЦ-604, Бел-20, Жир-24, Угл-74  |                 |
| <b>Обед</b>             |   |   |                 |
| 180                     | <b>Суп картофельный с</b><br><b>клецками.</b><br><i>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</i> | ЭЦ-104, Бел-3, Жир-3, Угл-14  | 108             |
| 20                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10   | 560             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | ЭЦ-165, Бел-4, Жир-4, Угл-23  |                 |
| <b>Итого за день</b>    |   | ЭЦ-769, Бел-24, Жир-27, Угл-98  | <b>60-00</b>    |

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У) \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

ИП Шаповалов  
НПН \_\_\_\_\_



**ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше**

| Выход<br>(г)            | Наименование блюда   | Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер<br>рецептуры |
|-------------------------|--|--|--------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |  |  |                    |
|                         | <b>Пудинг из творога</b>   |  |                    |
| 170                     | <b>(запеченный) с соусом и<br/>изюмом.</b>   | ЭЦ-325, Бел-18, Жир-15, Угл-30   | 222                |
|                         | <small>творог, молоко с мдж 2,3%, изюм, сахар, крупа манная, масло сливочное, яйцо куриное, сухари панировочные, сметана, мука пшеничная высшего сорта, ванилин.</small> |  |                    |
| 200                     | <b>Кофейный напиток.</b>   | ЭЦ-80, Угл-20  | 379                |
|                         | <small>сахар, кофейный напиток</small>   |  |                    |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  | 560                |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>   | ЭЦ-33, Жир-4   | 14                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | ЭЦ-529, Бел-20, Жир-19, Угл-65   |                    |
| <b><u>Обед</u></b>      |  |  |                    |
| 180                     | <b>Рассольник Ленинградский</b>  | ЭЦ-77, Бел-1, Жир-4, Угл-9   | 96                 |
|                         | <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.</small>   |  |                    |
| 20                      | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10  | 560                |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | ЭЦ-138, Бел-3, Жир-4, Угл-19   |                    |
| <b>Итого за день</b>    |  | ЭЦ-667, Бел-23, Жир-24, Угл-84   | <b>60-00</b>       |

Руководитель  
МБОУ(МБДО

У

Повар

ИП Шаповалов



**ОВЗ с 7 до 11 лет и с 12 лет и старше**

| Выход<br>(г)            | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер<br>рецептуры |
|-------------------------|---|--|--------------------|
| <b>Завтрак</b>          |   |  |                    |
| 70                      | <b>Птица отварная с соусом.</b><br><i>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень)</i>                                  | ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1  | 288                |
| 120                     | <b>Рис припущенный</b><br><i>рис, вода, соль, масло сливочное</i>   | ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29   | 305                |
| 200/15/<br>7            | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><i>сахар, лимоны, чай черный</i>   | ЭЦ-62, Угл-15  | 377                |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15  | 560                |
| 5                       | <b>Масло сливочное (</b>  | ЭЦ-33, Жир-4   | 14                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | ЭЦ-611, Бел-22, Жир-29, Угл-61   |                    |
| <b>Обед</b>             |   |  |                    |
| 180                     | <b>Борщ с капустой и картофелем.</b><br><i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томаты, масло растительное, петрушка (корень), сахар</i> | ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9   | 82                 |
| 20                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10  | 560                |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | ЭЦ-134, Бел-3, Жир-4, Угл-19   |                    |
| <b>Итого за день</b>    |   | ЭЦ-745, Бел-25, Жир-34, Угл-79   | <b>60-00</b>       |

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У) \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

ИП Шаповалов

