

МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
150	Каша жидкая молочная из манной крупы. молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное	ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23	181
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-352, Бел-9, Жир-14, Угл-45	
Завтрак 2			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
180	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12	88
70	Зразы рыбные с яйцом со сметанным соусом с мякоть, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сметана, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, томат, мука пшеничная высшего сорта	ЭЦ-88, Бел-7, Жир-3, Угл-8	281
100	Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом. крупа пшеничная, масло сливочное	ЭЦ-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	330
25	Икра кабачковая(из свежих овощей) кабачки свежие., лук репчатый, томат, масло растительное.	ЭЦ-17, Жир-1, Угл-1	54
180	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-650, Бел-20, Жир-12, Угл-110	
Полдник			
60	Булочка «Российская» мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдж 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль поваренная, ванилин.	ЭЦ-193, Бел-4, Жир-5, Угл-33	457
150	Кофейный напиток с молоком молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-2, Угл-12	414
Итого за Полдник		ЭЦ-269, Бел-7, Жир-7, Угл-45	
Итого за день		ЭЦ-1 313, Бел-36, Жир-33, Угл-211	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Повар

ИП Шаповалов
Н.П.



МЕНЮ САДЫ

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

Завтрак

150	Суп молочный с овсяной крупой <i>молоко с мдж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное</i>	ЭЦ-112, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-252, Бел-6, Жир-8, Угл-35	

Завтрак 2

70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	

Обед

180	Борщ свекольник . <i>свекла, картофель, лук репчатый, томат , морковь, петрушка (корень), масло растительное.</i>	ЭЦ-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10	86
120	Голубцы ленивые <i>капуста белокочанная, свинина, лук репчатый, крупа рисовая, яйцо куриное, масло сливочное</i>	ЭЦ-164, Бел-11, Жир-7, Угл-15	315
25	Соус с томатом и луком . <i>томат , морковь, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло сливочное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-19, Жир-1, Угл-2	366
25	Салат из моркови <i>морковь, сахар</i>	ЭЦ-13, Угл-3	42
180	Компот из сушеных <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-599, Бел-20, Жир-14, Угл-93	

Полдник

130	Макароны отварные с сахаром <i>макароны, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-177, Бел-6, Жир-4, Угл-30	218
150	Какао с молоком. <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13	416
Итого за Полдник		ЭЦ-266, Бел-9, Жир-6, Угл-43	

Итого за день ЭЦ-1 148, Бел-36, Жир-29, Угл-178Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Повар

И.И. Шаповалов



МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
60	Омлет натуральный с маслом сливочным <i>яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-111, Бел-5, Жир-10, Угл-1	229
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
25	Капуста тушеная. <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	143
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-271, Бел-8, Жир-14, Угл-25	
Завтрак 2			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
180	Суп картофельный с пшеном <i>картофель, лук репчатый, морковь, пшено, масло растительное.</i>	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-2, Угл-10	86
50/25	Печень, тушенная в соусе <i>печень (куриная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-133, Бел-10, Жир-7, Угл-7	261
120	Пюре картофельное с сливочным маслом. <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16	339
25	Овощи натуральные свежие (огурец)	ЭЦ-8, Угл-1	71
180	Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-638, Бел-22, Жир-16, Угл-98	
Полдник			
50	Сдоба обыкновенная. <i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная</i>	ЭЦ-14, Бел-4, Жир-2, Угл-26	449
150	Фругурт кисло-молочный напиток.	ЭЦ-159, Бел-9, Жир-3, Угл-12	386
Итого за Полдник		ЭЦ-173, Бел-13, Жир-5, Угл-38	
Итого за день		ЭЦ-1 124, Бел-43, Жир-35, Угл-121	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
150	Суп молочный с крупой(пшеничной). молоко с мдэж 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное	ЭЦ-109, Бел-4, Жир-4, Угл-14	101
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-259, Бел-9, Жир-8, Угл-36	
<u>Завтрак 2</u>			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
<u>Обед</u>			
180	Щи из свежей капусты с картофелем . капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат	ЭЦ-61, Бел-1, Жир-4, Угл-6	73
5	Сметана	ЭЦ-8, Жир-1	540
50/25	Птица тушеная с соусом. филе цб, сметана, томат, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-75, Бел-9, Жир-3, Угл-3	318
100	Каша гречневая рассыпчатая с сливочным крупа гречневая, масло сливочное	ЭЦ-97, Бел-3, Жир-3, Угл-14	330
25	Салат из белокочанной капусты. капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.	ЭЦ-21, Жир-1, Угл-2	21
180	Кисель из сухофруктов сахар, сухофрукты, крахмал картофельный., кислота лимонная.	ЭЦ-128, Угл-32	397
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-610, Бел-21, Жир-14, Угл-95	
<u>Полдник</u>			
60	Сырники из творога(с повидлом) творог, повидло, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, масло растительное.	ЭЦ-140, Бел-9, Жир-6, Угл-6	245
150	Кофейный напиток с молоком молоко с мдэж 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-2, Угл-12	414
Итого за Полдник		ЭЦ-216, Бел-12, Жир-8, Угл-18	
Итого за день		ЭЦ-1 116, Бел-42, Жир-31, Угл-155	

Руководитель
МБОУ(МДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
150	Суп молочный с крупой(рисовый). молоко с мдэж 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар	ЭЦ-99, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-240, Бел-6, Жир-7, Угл-35	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
<u>Обед</u>			
180	Суп картофельный с рыбными фрикадельками. картофель, минтай, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное., яйцо куриное, соль йодированная	ЭЦ-81, Бел-4, Жир-2, Угл-11	90
70	Тефтели мясные (2-й вариант) свинина, сметана, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, томат, крупа рисовая, масло сливочное	ЭЦ-93, Бел-5, Жир-5, Угл-6	304
100	Рагу овощное (3-й вариант) картофель, капуста белокочанная, морковь, масло сливочное, лук репчатый, томат, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10	362
180	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-581, Бел-18, Жир-15, Угл-90	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье .	ЭЦ 209, Бел 4, Жир 5, Угл 37	332
150	Фругурт кисло-молочный напиток.	ЭЦ-159, Бел-9, Жир-3, Угл-12	386
Итого за Полдник		ЭЦ-368, Бел-13, Жир-8, Угл-49	
Итого за день		ЭЦ-1 230, Бел-37, Жир-30, Угл-184	

Руководитель
МБОУ(МБДО

Повар

И.И. Шаповалов



МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
	Каша жидкая молочная		
150	пшениная с маслом	ЭЦ-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14	
	сливочным и сахаром		101
	молоко с мдж 2,5%, пшено, масло сливочное, сахар		
30/20/5	Бутерброд с повидлом и	ЭЦ-156, Бел-2, Жир-4, Угл-28	
	маслом.		2
	хлеб пшеничный, повидло, масло сливочное		
180	Чай с сахаром (№410)	ЭЦ-38, Угл-9	410
	сахар, чай черный		
Итого за Завтрак		ЭЦ-304, Бел-7, Жир-8, Угл-51	
Завтрак 2			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
Обед			
180	Рассольник ленинградский .	ЭЦ-88, Бел-1, Жир-4, Угл-12	82
	картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.		
140	Запеканка картофельная с	ЭЦ-207, Бел-11, Жир-8, Угл-22	
	мясом.		308
	картофель, свинина, масло сливочное, лук репчатый, сухари панировочные		
25	Салат из белокочанной	ЭЦ-21, Жир-1, Угл-2	
	капусты.		21
	капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.		
180	Компот из сушеных	ЭЦ-102, Угл-25	394
	сухофрукты, сахар, кислота лимонная.		
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-638, Бел-19, Жир-16, Угл-100	
Полдник			
50	Крендель сахарный.	ЭЦ 19, Бел 4, Жир 7, Угл 28	443
	мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная		
150	Какао с молоком.	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13	416
	молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок		
Итого за Полдник		ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9, Угл-41	
Итого за день		ЭЦ-1 080, Бел-33, Жир-34, Угл-199	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов



МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
60	Омлет натуральный с маслом сливочным <i>яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-111, Бел-5, Жир-10, Угл-1	229
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
25	Капуста тушеная. <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	143
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-271, Бел-8, Жир-14, Угл-25	
Завтрак 2			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
180	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12	88
70	Рыба, тушенная с овощами <i>минтай, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат</i>	ЭЦ-71, Бел-7, Жир-4, Угл-2	261
100	Рис отварной с сливочным маслом. <i>крупа рисовая, масло сливочное</i>	ЭЦ-133, Бел-2, Жир-3, Угл-24	332
25	Икра овощная свекольная. <i>свекла, томат, морковь, лук репчатый, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-25, Бел-1, Жир-1, Угл-3	55
180	Кисель из сухофруктов <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный., кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-32	397
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-652, Бел-19, Жир-13, Угл-112	
Полдник			
60	Запеканка из творога с манной крупой. <i>творог, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана</i>	ЭЦ-148, Бел-11, Жир-7, Угл-10	251
15	Соус молочный (сладкий). <i>молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-14, Жир-1, Угл-1	384
150	Кофейный напиток с молоком <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-2, Угл-12	414
Итого за Полдник		ЭЦ-238, Бел-13, Жир-10, Угл-23	
Итого за день		ЭЦ-1 203, Бел-40, Жир-37, Угл-171	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



МЕНЮ САДЫ

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

Завтрак

150	Суп молочный с крупой(гречневый). <i>молоко с мдж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-247, Бел-7, Жир-8, Угл-35	

Завтрак 2

70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	

Обед

180	Борщ с капустой и картофелем. <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9	63
5	Сметана	ЭЦ-8, Жир-1	540
70	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом	ЭЦ 135, Бел 11, Жир 7, Угл 7	
	молочным <i>филе цб, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</i>		324
120	Макароны отварные с маслом. <i>макароны, масло сливочное</i>	ЭЦ-127, Бел-4, Жир-3, Угл-21	219
25	Икра кабачковая(из свежих овощей) <i>кабачки свежие., лук репчатый, томат, масло растительное.</i>	ЭЦ-17, Жир-1, Угл-1	54
180	Компот из сушеных <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-682, Бел-24, Жир-18, Угл-103	

Полдник

60	Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой <i>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное.</i>	ЭЦ-133, Бел-3, Жир-1, Угл-28	437
150	Кефир	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
Итого за Полдник		ЭЦ-208, Бел-7, Жир-5, Угл-34	
Итого за день		ЭЦ-1 168, Бел-38, Жир-31, Угл-178	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
150	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное	ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23	181
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
Итого за Завтрак		ЭЦ-352, Бел-9, Жир-14, Угл-45	
Завтрак 2			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
180	Суп картофельный с клецками . картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9	91
140	Плов из птицы. цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат	ЭЦ-251, Бел-14, Жир-11, Угл-24	321
25	Салат из свеклы отварной. свекла, масло растительное.	ЭЦ-23, Жир-2, Угл-2	34
180	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-659, Бел-22, Жир-18, Угл-98	
Полдник			
60	Пудинг из творога запеченный. творог, изюм, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, ванилин.	ЭЦ-153, Бел-9, Жир-6, Угл-15	249
15	Соус молочный (сладкий). молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная	ЭЦ-14, Жир-1, Угл-1	384
150	Какао с молоком. молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13	416
Итого за Полдник		ЭЦ-256, Бел-13, Жир-10, Угл-29	
Итого за день		ЭЦ-1 309, Бел-44, Жир-42, Угл-181	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ САДЫ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
150	Суп молочный с макаронными изделиями молоко с мдж 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар	ЭЦ-109, Бел-4, Жир-4, Угл-14	100
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-249, Бел-6, Жир-8, Угл-36	
Завтрак 2			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
Обед			
180	Суп картофельный с бобовыми (горохом) картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12	87
70	Котлеты рыбные любительские минтай, морковь, яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-102, Бел-10, Жир-3, Угл-8	272
120	Пюре картофельное с сливочным маслом. картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16	339
25	Овощи натуральные свежие (огурец)	ЭЦ-8, Угл-1	71
180	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-637, Бел-24, Жир-14, Угл-100	
Полдник			
50	Пряники	ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38	332
150	Кефир	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
Итого за Полдник		ЭЦ-258, Бел-7, Жир-6, Угл-44	
Итого за день		ЭЦ-1 175, Бел-38, Жир-28, Угл-187	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575796

Владелец Желдакова Людмила Алексеевна

Действителен с 31.03.2022 по 31.03.2023