

МЕНЮ с 12 лет и старше

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

Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)

230	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-269, Бел-7, Жир-11, Угл-35		181
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
60	Печенье .	ЭЦ-250, Бел-5, Жир-6, Угл-45		332
Итого за Завтрак		ЭЦ-714, Бел-15, Жир-18, Угл-122	84-38	

Обед

250	Суп картофельный с вермишелью картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
100	Тефтели мясные с соусом свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томат, соль йодированная	ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11		279
180	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43		171
100	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 002, Бел-23, Жир-33, Угл-145	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 716, Бел-39, Жир-51, Угл-267	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Реш

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)				
200	Омлет натуральный. яйцо куриное, молоко с м.ж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-209, Бел-19, Жир-35, Угл-4		210
100	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
200	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-521, Бел-25, Жир-41, Угл-60	84-38	
Обед				
250	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат, соль йодированная	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
100	Рыба, тушеная в томате с овощами минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
180	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с м.ж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
100	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-250, Угл-65		70
180	Чай с сахаром и лимоном. сахар, лимоны, чай черный	ЭЦ-50, Угл-12		377
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-859, Бел-20, Жир-22, Угл-143	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 380, Бел-45, Жир-63, Угл-203	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Кеф

ИП Шаповалов



МЕНЮ с 12 лет и старше

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

Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)

110	Тефтели мясные с соусом свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат, крупа рисовая, соль йодированная	ЭЦ-223, Бел-7, Жир-16, Угл-12		279
180	Каша рассыпчатая ячневая с маслом. крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8		171
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-825, Бел-13, Жир-58, Угл-62	84-38	

Обед

250	Суп картофельный с горохом . картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
100	Котлеты рубленые из филе птицы. филе цб, молоко с мдэ 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-339, Бел-16, Жир-24, Угл-15		294
180	Макаронные изделия отварные с маслом. макароны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-235, Бел-7, Жир-7, Угл-37		203
100	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-60, Бел-1, Жир-3, Угл-6		45
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 083, Бел-34, Жир-40, Угл-141	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 908, Бел-47, Жир-98, Угл-202	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ с 12 лет и старше

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

Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)

250	Суп молочный с овсяной крупой молоко с мдж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-186, Бел-7, Жир-7, Угл-22		101
220	Какао с молоком.. молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-160, Бел-4, Жир-3, Угл-28		382
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
35	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-80, Бел-2, Угл-16		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		15
Итого за Завтрак		ЭЦ-566, Бел-18, Жир-18, Угл-80	84-38	

Обед

250	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
100	Гуляш. свинина, лук репчатый, томат, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-320, Бел-11, Жир-30, Угл-2		260
180	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
100	Салат из моркови с сахаром морковь, сахар	ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11		62
180	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-72, Угл-18		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 178, Бел-26, Жир-59, Угл-126	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 744, Бел-44, Жир-77, Угл-206	281-38	

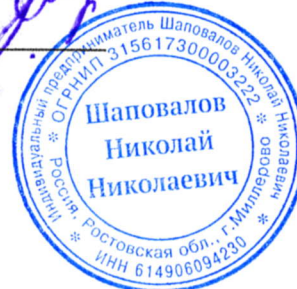
Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

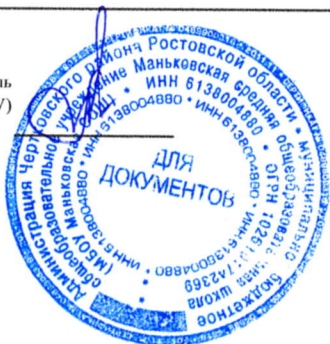
Ру

ИП Шаповалов
Н.Н.

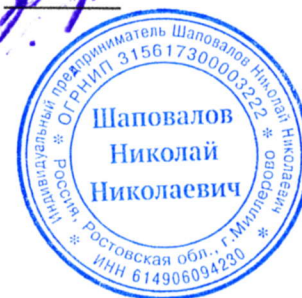


МЕНЮ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)				
110	Печень, тушенная в соусе печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-196, Бел-15, Жир-11, Угл-10		261
180	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-50		171
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-733, Бел-29, Жир-22, Угл-102	84-38	
Обед				
250	Суп картофельный с крупой(ячневый) картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-3, Угл-12		101
280	Плов из курицы цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная	ЭЦ-418, Бел-25, Жир-13, Угл-51		291
100	Икра свекольная свекла, томат, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная	ЭЦ-111, Бел-1, Жир-8, Угл-9		75
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-915, Бел-34, Жир-23, Угл-139	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 648, Бел-63, Жир-45, Угл-240	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)</u>				
250	Суп молочный с вермишелью. молоко с мдж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-150, Бел-5, Жир-5, Угл-18		120
220	Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-88, Угл-22		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
35	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-80, Бел-2, Угл-16		527
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		15
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак		ЭЦ-457, Бел-12, Жир-12, Угл-70	84-38	
<u>Обед</u>				
250	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томаты, соль йодированная	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
280	Жаркое по-домашнему картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-644, Бел-20, Жир-50, Угл-28		259
100	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-250, Угл-65		70
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 284, Бел-28, Жир-55, Угл-166	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 741, Бел-40, Жир-67, Угл-237	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Рез

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ с 12 лет и старше

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

Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)

110	Рыба, тушенная в томате с овощами минтай, морковь, томаты, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-116, Бел-11, Жир-5, Угл-4		229
180	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43		171
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-598, Бел-23, Жир-15, Угл-89	84-38	

Обед

250	Суп картофельный с горохом . картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
100	Птица тушеная в соусе сметанном/ филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-153, Бел-12, Жир-10, Угл-4		290
180	Макаронные изделия отварные с маслом. макароны, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-235, Бел-7, Жир-7, Угл-37		203
100	Салат из белокачанной капусты свежей капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-60, Бел-1, Жир-3, Угл-6		45
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-897, Бел-30, Жир-26, Угл-129	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 495, Бел-53, Жир-41, Угл-218	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Рис

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ с 12 лет и старше

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

Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)

200	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	ЭЦ-540, Бел-29, Жир-22, Угл-56		223
	творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, соль йодированная			
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20		379
	сахар, кофейный напиток			
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
100	Фрукты свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
Итого за Завтрак		ЭЦ-788, Бел-33, Жир-23, Угл-111	84-38	
<u>Обед</u>				
250	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-144, Бел-4, Жир-5, Угл-19		108
	картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная			
100	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11		279
	свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томат, соль йодированная			
180	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8		171
	крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная			
100	Салат из моркови с сахаром	ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11		62
	морковь, сахар			
180	Чай с сахаром и лимоном.	ЭЦ-50, Угл-12		377
	сахар, лимоны, чай черный			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 025, Бел-17, Жир-61, Угл-89	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 813, Бел-50, Жир-84, Угл-200	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

*Нес*ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ с 12 лет и старше

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

Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)

250	Макароны отварные с сыром макароны, сыр, масло сливочное	ЭЦ-418, Бел-17, Жир-20, Угл-43		204
220	Какао с молоком.. молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-160, Бел-4, Жир-3, Угл-28		382
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-82, Бел-3, Угл-16		560
40	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак		ЭЦ-785, Бел-26, Жир-28, Угл-105	84-38	

Обед

250	Борщ с капустой и картофелем.. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
100	Печень, тушенная в соусе печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9		261
180	Картофельное пюре с маслом картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26		128
100	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8		52
180	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 137, Бел-30, Жир-45, Угл-149	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 922, Бел-56, Жир-72, Угл-255	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Рис

ИП Шаповалов
Н.Н.



МЕНЮ с 12 лет и старше

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

Завтрак (СВО, Малоимущие и Многодетные 5-11кл- 84,38р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -281,38р)

110	Птица отварная с соусом. цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-195, Бел-16, Жир-14, Угл-3		288
180	Рис припущенный крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-240, Бел-4, Жир-5, Угл-44		305
200	Чай с сахаром и лимоном. сахар, лимоны, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		377
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-630, Бел-24, Жир-20, Угл-88	84-38	

Обед

250	Суп картофельный с вермишелью картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
100	Котлеты ,биточки мясные. свинина, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-370, Бел-13, Жир-29, Угл-15		268
180	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-70		171
100	Капуста тушеная . капуста белокочанная, томат , лук репчатый, масло сливочное, кислота лимонная., морковь, мука пшеничная высшего сорта	ЭЦ-74, Бел-2, Жир-3, Угл-10		321
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
Итого за Обед		ЭЦ-1 119, Бел-33, Жир-46, Угл-138	197-00	
Итого за день		ЭЦ-1 749, Бел-57, Жир-65, Угл-227	281-38	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

Рез

ИП Шаповалов
Н.Н.

