

**МЕНЮ с 12 лет и старше**

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

**Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)**

|                         |                                                                                                                                              |                                 |              |     |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------|-----|
| 230                     | <b>Каша жидкая молочная из манной крупы .</b><br><small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная</small> | ЭЦ-269, Бел-7, Жир-11, Угл-35   |              | 181 |
| 200                     | <b>Чай с сахаром.</b><br><small>сахар, чай черный</small>                                                                                    | ЭЦ-56, Угл-14                   |              | 376 |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                           | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14            |              | 560 |
| 30                      | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                     | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14            |              | 527 |
| 60                      | <b>Печенье .</b>                                                                                                                             | ЭЦ-250, Бел-5, Жир-6, Угл-45    |              | 332 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                                                                                              | ЭЦ-714, Бел-15, Жир-18, Угл-122 | <b>78-78</b> |     |

**Обед**

|                      |                                                                                                                                                                             |                                   |               |     |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------|-----|
| 250                  | <b>Суп картофельный с вермишелью</b><br><small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</small>                                  | ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17      |               | 103 |
| 100                  | <b>Тефтели мясные с соусом</b><br><small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томат, соль йодированная</small> | ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11     |               | 279 |
| 180                  | <b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b><br><small>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</small>                                                            | ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43      |               | 171 |
| 100                  | <b>Овощи соленые (огурец).</b>                                                                                                                                              | ЭЦ-250, Угл-65                    |               | 70  |
| 180                  | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                                                   | ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38             |               | 349 |
| 30                   | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                          | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |               | 560 |
| 30                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                    | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |               | 527 |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                                                                                                                                             | ЭЦ-1 159, Бел-22, Жир-27, Угл-202 | <b>197-00</b> |     |

**ИТОГО ЗА ДЕНЬ 275-78****Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р**

|     |                                                                                                                                            |                              |  |     |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--|-----|
| 250 | <b>Суп картофельный с вермишелью</b><br><small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</small> | ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17 |  | 103 |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                         | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14         |  | 560 |
| 30  | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                   | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14         |  | 527 |
| 200 | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                  | ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42        |  | 349 |

**Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р ЭЦ-437, Бел-8, Жир-3, Угл-88****Итого за день ЭЦ-2 310, Бел-46, Жир-48, Угл-411**

Руководитель МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

# МЕНЮ с 12 лет и старше

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

## Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)

|                         |                                                                                                                 |                                |              |     |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|-----|
| 200                     | <b>Омлет натуральный.</b><br><small>яйцо куриное, молоко с мдэ 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</small> | ЭЦ-209, Бел-19, Жир-35, Угл-4  |              | 210 |
| 100                     | <b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b><br><small>свекла, масло растительное.</small>            | ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8     |              | 52  |
| 200                     | <b>Кофейный напиток .</b><br><small>сахар, кофейный напиток</small>                                             | ЭЦ-80, Угл-20                  |              | 379 |
| 25                      | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                              | ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12           |              | 560 |
| 25                      | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                        | ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12           |              | 527 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                                                                 | ЭЦ-498, Бел-24, Жир-41, Угл-55 | <b>78-78</b> |     |

### Обед

|                      |                                                                                                                                                                                       |                                 |               |     |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------|-----|
| 250                  | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная</small> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8      |               | 88  |
| 100                  | <b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b><br><small>минтай, морковь, томат , лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная</small>                           | ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4    |               | 229 |
| 180                  | <b>Картофельное пюре с маслом</b><br><small>картофель, молоко с мдэ 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</small>                                                                  | ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26   |               | 128 |
| 100                  | <b>Овощи соленые (огурец).</b>                                                                                                                                                        | ЭЦ-250, Угл-65                  |               | 70  |
| 180                  | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><small>сахар, лимоны, чай черный</small>                                                                                                           | ЭЦ-50, Угл-12                   |               | 377 |
| 30                   | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                    | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14            |               | 560 |
| 30                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                              | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14            |               | 527 |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                                                                                                                                                       | ЭЦ-859, Бел-20, Жир-22, Угл-143 | <b>197-00</b> |     |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b> |                                                                                                                                                                                       |                                 | <b>275-78</b> |     |

## Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р

|     |                                                                                                                                                                                       |                            |  |     |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--|-----|
| 250 | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная</small> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8 |  | 88  |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                    | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14       |  | 560 |
| 30  | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                              | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14       |  | 527 |
| 200 | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><small>сахар, лимоны, чай черный</small>                                                                                                           | ЭЦ-56, Угл-14              |  | 377 |

**Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р** ЭЦ-285, Бел-6, Жир-6, Угл-50

**Итого за день** ЭЦ-1 642, Бел-50, Жир-69, Угл-248

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

*[Signature]*

ИП Шаповалов  
Н.Н.





# МЕНЮ с 12 лет и старше

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

## Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)

|                  |                                                                                                   |                                |       |     |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------|-----|
| 250              | Суп молочный с овсяной крупой                                                                     | ЭЦ-186, Бел-7, Жир-7, Угл-22   |       | 101 |
|                  | <small>молоко с м.д.ж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная</small> |                                |       |     |
| 220              | Какао с молоком..                                                                                 | ЭЦ-160, Бел-4, Жир-3, Угл-28   |       | 382 |
|                  | <small>молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>                                          |                                |       |     |
| 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-72, Бел-5, Жир-6            |       | 15  |
| Итого за Завтрак |                                                                                                   | ЭЦ-602, Бел-21, Жир-21, Угл-80 | 78-78 |     |

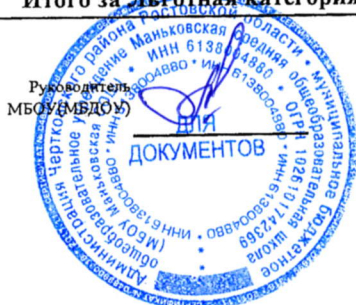
### Обед

|               |                                                                                                                                                        |                                   |        |     |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------|-----|
| 250           | Борщ с капустой и картофелем..                                                                                                                         | ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40     |        | 82  |
|               | <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small> |                                   |        |     |
| 100           | Мясо тушеное                                                                                                                                           | ЭЦ-225, Бел-15, Жир-17, Угл-3     |        | 256 |
|               | <small>свинина, томат, масло растительное., морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта</small>                                                |                                   |        |     |
| 180           | Картофельное пюре с маслом                                                                                                                             | ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26     |        | 128 |
|               | <small>картофель, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</small>                                                                      |                                   |        |     |
| 100           | Салат из моркови с сахаром                                                                                                                             | ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11              |        | 62  |
|               | <small>морковь, сахар</small>                                                                                                                          |                                   |        |     |
| 180           | Кофейный напиток .                                                                                                                                     | ЭЦ-72, Угл-18                     |        | 379 |
|               | <small>сахар, кофейный напиток</small>                                                                                                                 |                                   |        |     |
| 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-30, Жир-47, Угл-126 | 197-00 |     |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ |                                                                                                                                                        |                                   | 275-78 |     |

## Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р

|                                                         |                                                                                                                                                        |                                   |  |     |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--|-----|
| 250                                                     | Борщ с капустой и картофелем..                                                                                                                         | ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40     |  | 82  |
|                                                         | <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small> |                                   |  |     |
| 30                                                      | Хлеб пшеничный(обогащенный)                                                                                                                            | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |  | 560 |
| 30                                                      | Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)                                                                                                                      | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |  | 527 |
| 200                                                     | Кофейный напиток .                                                                                                                                     | ЭЦ-80, Угл-20                     |  | 379 |
|                                                         | <small>сахар, кофейный напиток</small>                                                                                                                 |                                   |  |     |
| Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р |                                                                                                                                                        | ЭЦ-559, Бел-10, Жир-18, Угл-88    |  |     |
| Итого за день                                           |                                                                                                                                                        | ЭЦ-2 244, Бел-61, Жир-85, Угл-294 |  |     |

Руководитель  
МБОУ «МДОУ»



Повар

*Ку*

ИП Шаповалов  
Н.И.



# МЕНЮ с 12 лет и старше

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

## Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)

|                  |                                                                                                                                          |                                 |       |     |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------|-----|
| 110              | <b>Печень, тушенная в соусе</b><br><small>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</small> | ЭЦ-196, Бел-15, Жир-11, Угл-10  |       | 261 |
| 180              | <b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b><br><small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>                         | ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-50  |       | 171 |
| 200              | <b>Чай с сахаром.</b><br><small>сахар, чай черный</small>                                                                                | ЭЦ-56, Угл-14                   |       | 376 |
| 30               | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                       | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14            |       | 560 |
| 30               | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                 | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14            |       | 527 |
| Итого за Завтрак |                                                                                                                                          | ЭЦ-733, Бел-29, Жир-22, Угл-102 | 78-78 |     |

### Обед

|               |                                                                                                                                                     |                                   |        |     |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------|-----|
| 250           | <b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b><br><small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное., соль йодированная</small> | ЭЦ-86, Бел-2, Жир-3, Угл-12       |        | 101 |
| 280           | <b>Плов из курицы</b><br><small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томаты, соль йодированная</small>      | ЭЦ-623, Бел-29, Жир-34, Угл-49    |        | 291 |
| 100           | <b>Икра свекольная</b><br><small>свекла, томаты, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная</small>                                | ЭЦ-111, Бел-1, Жир-8, Угл-9       |        | 75  |
| 180           | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                           | ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38             |        | 349 |
| 30            | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                  | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |        | 560 |
| 30            | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                            | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |        | 527 |
| Итого за Обед |                                                                                                                                                     | ЭЦ-1 120, Бел-37, Жир-45, Угл-136 | 197-00 |     |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ |                                                                                                                                                     |                                   | 275-78 |     |

## Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р

|                                                         |                                                                                                                                                     |                                   |  |     |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--|-----|
| 250                                                     | <b>Суп картофельный с крупой(ячневый)</b><br><small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая, масло растительное., соль йодированная</small> | ЭЦ-86, Бел-2, Жир-3, Угл-12       |  | 101 |
| 30                                                      | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                  | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |  | 560 |
| 30                                                      | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                            | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |  | 527 |
| 200                                                     | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                           | ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42             |  | 349 |
| Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р |                                                                                                                                                     | ЭЦ-404, Бел-7, Жир-3, Угл-82      |  |     |
| Итого за день                                           |                                                                                                                                                     | ЭЦ-2 257, Бел-74, Жир-70, Угл-320 |  |     |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

*Виза*

ИП Шаповалов  
Н.Н.

*Подпись*



**МЕНЮ с 12 лет и старше**

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

**Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак+обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)**

|                         |                                                                                                                               |                                |              |     |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|-----|
| 250                     | <b>Суп молочный с вермишелью.</b><br><small>молоко с м.д.ж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная</small> | ЭЦ-150, Бел-5, Жир-5, Угл-18   |              | 120 |
| 220                     | <b>Кофейный напиток.</b><br><small>сахар, кофейный напиток</small>                                                            | ЭЦ-88, Угл-22                  |              | 379 |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                            | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14           |              | 560 |
| 35                      | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                      | ЭЦ-80, Бел-2, Угл-16           |              | 527 |
| 10                      | <b>Сыр твердый (порциями)</b>                                                                                                 | ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6            |              | 15  |
| 5                       | <b>Масло сливочное ( порциями)</b>                                                                                            | ЭЦ-33, Жир-4                   |              | 14  |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                                                                               | ЭЦ-493, Бел-14, Жир-15, Угл-70 | <b>78-78</b> |     |

**Обед**

|                      |                                                                                                                                                                                       |                                   |               |     |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------|-----|
| 250                  | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томаты, соль йодированная</small> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8        |               | 88  |
| 280                  | <b>Жаркое по-домашнему</b><br><small>картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное., соль йодированная</small>                                                         | ЭЦ-644, Бел-20, Жир-50, Угл-28    |               | 259 |
| 100                  | <b>Овощи соленные (огурец).</b>                                                                                                                                                       | ЭЦ-250, Угл-65                    |               | 70  |
| 180                  | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                                                             | ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38             |               | 349 |
| 30                   | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                    | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |               | 560 |
| 30                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                              | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |               | 527 |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                                                                                                                                                       | ЭЦ-1 284, Бел-28, Жир-55, Угл-166 | <b>197-00</b> |     |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b> |                                                                                                                                                                                       |                                   | <b>275-78</b> |     |

**Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р**

|                                                                |                                                                                                                                                                                       |                                   |  |     |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--|-----|
| 250                                                            | <b>Щи из свежей капусты с картофелем.</b><br><small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томаты, соль йодированная</small> | ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8        |  | 88  |
| 30                                                             | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                    | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |  | 560 |
| 30                                                             | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                              | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |  | 527 |
| 200                                                            | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                                                             | ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42             |  | 349 |
| <b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р</b> |                                                                                                                                                                                       | ЭЦ-408, Бел-7, Жир-6, Угл-78      |  |     |
| <b>Итого за день</b>                                           |                                                                                                                                                                                       | ЭЦ-2 186, Бел-49, Жир-76, Угл-315 |  |     |

Руководитель  
МБОУ «МБДОУ

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

## МЕНЮ с 12 лет и старше

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

### Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)

|                         |                                                                                                                                                   |                                |              |     |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|-----|
| 110                     | <b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b><br><i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная, соль йодированная</i> | ЭЦ-116, Бел-11, Жир-5, Угл-4   |              | 229 |
| 180                     | <b>Каша рассыпчатая пшеничная с маслом</b><br><i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</i>                                          | ЭЦ-288, Бел-8, Жир-9, Угл-43   |              | 171 |
| 200                     | <b>Чай с сахаром.</b><br><i>сахар, чай черный</i>                                                                                                 | ЭЦ-56, Угл-14                  |              | 376 |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14           |              | 560 |
| 30                      | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                          | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14           |              | 527 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                                                                                                   | ЭЦ-598, Бел-23, Жир-15, Угл-89 | <b>78-78</b> |     |

### Обед

|                      |                                                                                                                                                           |                                 |               |     |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------|-----|
| 250                  | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</i>  | ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17    |               | 102 |
| 100                  | <b>Птица тушенная в соусе сметанном/</b><br><i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>                 | ЭЦ-153, Бел-12, Жир-10, Угл-4   |               | 290 |
| 180                  | <b>Макаронные изделия отварные с маслом.</b><br><i>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</i>                                                      | ЭЦ-235, Бел-7, Жир-7, Угл-37    |               | 203 |
| 100                  | <b>Салат из белокачанной капусты свежей</b><br><i>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное., кислота лимонная, соль йодированная</i> | ЭЦ-60, Бел-1, Жир-3, Угл-6      |               | 45  |
| 180                  | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>                                                                         | ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38           |               | 349 |
| 30                   | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                        | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14            |               | 560 |
| 30                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                  | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14            |               | 527 |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                                                                                                                           | ЭЦ-897, Бел-30, Жир-26, Угл-129 | <b>197-00</b> |     |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b> |                                                                                                                                                           |                                 | <b>275-78</b> |     |

### Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р

|                                                                |                                                                                                                                                          |                                   |  |     |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--|-----|
| 250                                                            | <b>Суп картофельный с горохом .</b><br><i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная</i> | ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17      |  | 102 |
| 30                                                             | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                       | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |  | 560 |
| 30                                                             | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                 | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |  | 527 |
| 200                                                            | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>                                                                        | ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42             |  | 349 |
| <b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р</b> |                                                                                                                                                          | ЭЦ-467, Бел-11, Жир-6, Угл-87     |  |     |
| <b>Итого за день</b>                                           |                                                                                                                                                          | ЭЦ-1 961, Бел-64, Жир-47, Угл-305 |  |     |

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),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания | Номер<br>рецептуры |
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|
|-----------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|

**Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)**

|                         |                                                                                                                                              |                                 |              |     |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------|-----|
| 200                     | <b>Запеканка из творога с молоком сгущенным .</b>                                                                                            | ЭЦ-540, Бел-29, Жир-22, Угл-56  |              | 223 |
|                         | <small>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, соль йодированная</small> |                                 |              |     |
| 200                     | <b>Кофейный напиток .</b>                                                                                                                    | ЭЦ-80, Угл-20                   |              | 379 |
|                         | <small>сахар, кофейный напиток</small>                                                                                                       |                                 |              |     |
| 25                      | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                           | ЭЦ-58, Бел-2, Угл-12            |              | 560 |
| 25                      | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                     | ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12            |              | 527 |
| 100                     | <b>Фрукты свежие.(яблоко)</b>                                                                                                                | ЭЦ-52, Угл-11                   |              | 338 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                                                                                              | ЭЦ-788, Бел-33, Жир-23, Угл-111 | <b>78-78</b> |     |

**Обед**

|                      |                                                                                                                                                      |                                  |               |     |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------|-----|
| 250                  | <b>Суп картофельный с клецками.</b>                                                                                                                  | ЭЦ-144, Бел-4, Жир-5, Угл-19     |               | 108 |
|                      | <small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</small> |                                  |               |     |
| 100                  | <b>Тефтели мясные с соусом</b>                                                                                                                       | ЭЦ-203, Бел-6, Жир-15, Угл-11    |               | 279 |
|                      | <small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., крупа рисовая, томат, соль йодированная</small>            |                                  |               |     |
| 180                  | <b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b>                                                                                                            | ЭЦ-407, Бел-2, Жир-41, Угл-8     |               | 171 |
|                      | <small>крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная</small>                                                                                    |                                  |               |     |
| 100                  | <b>Салат из моркови с сахаром</b>                                                                                                                    | ЭЦ-82, Бел-1, Угл-11             |               | 62  |
|                      | <small>морковь, сахар</small>                                                                                                                        |                                  |               |     |
| 180                  | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b>                                                                                                                      | ЭЦ-50, Угл-12                    |               | 377 |
|                      | <small>сахар, лимоны, чай черный</small>                                                                                                             |                                  |               |     |
| 30                   | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                   | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14             |               | 560 |
| 30                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                             | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14             |               | 527 |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                                                                                                                      | ЭЦ-1 025, Бел-17, Жир-61, Угл-89 | <b>197-00</b> |     |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b> |                                                                                                                                                      |                                  | <b>275-78</b> |     |

**Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р**

|                                                                |                                                                                                                                                      |                              |  |     |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--|-----|
| 250                                                            | <b>Суп картофельный с клецками.</b>                                                                                                                  | ЭЦ-144, Бел-4, Жир-5, Угл-19 |  | 108 |
|                                                                | <small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., масло сливочное, соль йодированная</small> |                              |  |     |
| 30                                                             | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                   | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14         |  | 560 |
| 30                                                             | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                             | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14         |  | 527 |
| 200                                                            | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b>                                                                                                                      | ЭЦ-56, Угл-14                |  | 377 |
|                                                                | <small>сахар, лимоны, чай черный</small>                                                                                                             |                              |  |     |
| <b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р</b> |                                                                                                                                                      | ЭЦ-339, Бел-8, Жир-5, Угл-60 |  |     |

**Итого за день** ЭЦ-2 152, Бел-57, Жир-89, Угл-260Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

*Куш*ИП Шаповалов  
Н.Н.

# МЕНЮ с 12 лет и старше

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

## Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)

|                  |                                                                                    |                                 |              |     |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------|-----|
| 250              | <b>Макароны отварные с сыром</b><br><small>макароны, сыр, масло сливочное</small>  | ЭЦ-418, Бел-17, Жир-20, Угл-43  |              | 204 |
| 220              | <b>Какао с молоком..</b><br><small>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</small> | ЭЦ-160, Бел-4, Жир-3, Угл-28    |              | 382 |
| 35               | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                 | ЭЦ-82, Бел-3, Угл-16            |              | 560 |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                           | ЭЦ-92, Бел-2, Угл-19            |              | 527 |
| 5                | <b>Масло сливочное ( порциями)</b>                                                 | ЭЦ-33, Жир-4                    |              | 14  |
| Итого за Завтрак |                                                                                    | ЭЦ-785, Бел-26, Жир-28, Угл-105 | <b>78-78</b> |     |

### Обед

|               |                                                                                                                                                                    |                                   |               |     |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------|-----|
| 250           | <b>Рассольник Ленинградский</b><br><small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</small> | ЭЦ-107, Бел-2, Жир-5, Угл-12      |               | 96  |
| 100           | <b>Печень, тушенная в соусе</b><br><small>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</small>                           | ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9     |               | 261 |
| 180           | <b>Картофельное пюре с маслом</b><br><small>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</small>                                               | ЭЦ-225, Бел-4, Жир-11, Угл-26     |               | 128 |
| 100           | <b>Овощи соленые (огурец).</b>                                                                                                                                     | ЭЦ-250, Угл-65                    |               | 70  |
| 180           | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                                          | ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38             |               | 349 |
| 30            | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                 | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |               | 560 |
| 30            | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                           | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |               | 527 |
| Итого за Обед |                                                                                                                                                                    | ЭЦ-1 061, Бел-25, Жир-26, Угл-178 | <b>197-00</b> |     |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ |                                                                                                                                                                    |                                   | <b>275-78</b> |     |

## Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р

|     |                                                                                                                                                                    |                              |  |     |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--|-----|
| 250 | <b>Рассольник Ленинградский</b><br><small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная</small> | ЭЦ-107, Бел-2, Жир-5, Угл-12 |  | 96  |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                 | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14         |  | 560 |
| 30  | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                           | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14         |  | 527 |
| 200 | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>                                                                          | ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42        |  | 349 |

Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р ЭЦ-426, Бел-7, Жир-6, Угл-82

Итого за день ЭЦ-2 271, Бел-58, Жир-60, Угл-366

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

*Ку*

ИП Шаповалов  
Н.Н.



## МЕНЮ с 12 лет и старше

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

### Завтрак (СВО и Многодетные 5-11кл- 78,78р) Завтрак +обед (ОВЗ 5-11кл -275,78р)

|                         |                                                                                                                                                               |                                |              |     |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------|-----|
| 110                     | <b>Птица отварная с соусом.</b><br><small>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная</small> | ЭЦ-416, Бел-26, Жир-34, Угл-2  |              | 288 |
| 180                     | <b>Рис припущенный</b><br><small>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</small>                                                                    | ЭЦ-240, Бел-4, Жир-5, Угл-44   |              | 305 |
| 200                     | <b>Чай с сахаром и лимоном.</b><br><small>сахар, лимоны, чай черный</small>                                                                                   | ЭЦ-56, Угл-14                  |              | 377 |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                            | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14           |              | 560 |
| 30                      | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                      | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14           |              | 527 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                                                                                                               | ЭЦ-851, Бел-35, Жир-40, Угл-87 | <b>78-78</b> |     |

### Обед

|                      |                                                                                                                                                                                                 |                                   |               |     |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------|-----|
| 250                  | <b>Борщ с капустой и картофелем..</b><br><small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small> | ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40     |               | 82  |
| 100                  | <b>Котлеты ,биточки мясные.</b><br><small>свинина, молоко с м.ж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное., соль йодированная</small>                                       | ЭЦ-370, Бел-13, Жир-29, Угл-15    |               | 268 |
| 180                  | <b>Каша рассыпчатая гречневая с маслом</b><br><small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>                                                                                | ЭЦ-342, Бел-10, Жир-11, Угл-50    |               | 171 |
| 100                  | <b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b><br><small>свекла, масло растительное.</small>                                                                                            | ЭЦ-93, Бел-1, Жир-6, Угл-8        |               | 52  |
| 180                  | <b>Сок фруктовый или ягодный .</b>                                                                                                                                                              | ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18              |               | 389 |
| 30                   | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                              | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14              |               | 560 |
| 30                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                        | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14              |               | 527 |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                                                                                                                                                                 | ЭЦ-1 361, Бел-35, Жир-64, Угл-159 | <b>197-00</b> |     |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b> |                                                                                                                                                                                                 |                                   | <b>275-78</b> |     |

### Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р

|                                                                |                                                                                                                                                                                                 |                                    |  |     |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--|-----|
| 250                                                            | <b>Борщ с капустой и картофелем..</b><br><small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small> | ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40      |  | 82  |
| 30                                                             | <b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                              | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14               |  | 560 |
| 30                                                             | <b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>                                                                                                                                                        | ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14               |  | 527 |
| 200                                                            | <b>Сок фруктовый или ягодный .</b>                                                                                                                                                              | ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20               |  | 389 |
| <b>Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 66 р</b> |                                                                                                                                                                                                 | ЭЦ-564, Бел-11, Жир-18, Угл-88     |  |     |
| <b>Итого за день</b>                                           |                                                                                                                                                                                                 | ЭЦ-2 776, Бел-81, Жир-121, Угл-335 |  |     |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаловалов  
Н.Н.

