

МЕНЮ детский сад с 3-7 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
140	Суп молочный с вермишелью. <i>молоко с мдж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-84, Бел-3, Жир-3, Угл-10		120
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9		410
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
Итого за Завтрак		ЭЦ-218, Бел-6, Жир-6, Угл-33		
Завтрак 2				
80	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-54, Угл-8		386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-54, Угл-8		
Обед				
180	Суп картофельный с крупой ячневый. <i>картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая, масло растительное.</i>	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-2, Угл-10		86
150	Жаркое по домашнему <i>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло сливочное</i>	ЭЦ-181, Бел-19, Жир-5, Угл-15		292
40	Салат из белокочанной капусты. <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-34, Бел-1, Жир-2, Угл-3		21
180	Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-475, Бел-24, Жир-10, Угл-72		
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
10	Соус молочный (сладкий). <i>молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-9, Жир-1, Угл-1		384
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9		410
Итого за Полдник		ЭЦ-195, Бел-11, Жир-8, Угл-21		
Итого за день		ЭЦ-943, Бел-41, Жир-24, Угл-134	250-00	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
140	Суп молочный с крупой(рисовый). молоко с мдэ 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-4, Угл-12		101
180	Какао с молоком. молоко с мдэ 2,5%, сахар, какао-порошок	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16		416
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
Итого за Завтрак		ЭЦ-296, Бел-9, Жир-10, Угл-42		
Завтрак 2				
150	Сок в асортименте	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		
Обед				
180	Борщ с капустой и картофелем. свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9		63
60	Котлеты рыбные любительские минтай, морковь, яйцо куриное, молоко с мдэ 2,5%, масло сливочное, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-87, Бел-8, Жир-3, Угл-7		272
120	Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом. крупа гречневая, масло сливочное	ЭЦ-195, Бел-7, Жир-2, Угл-31		330
40	Салат из свеклы отварной. свекла, масло растительное.	ЭЦ-38, Бел-1, Жир-2, Угл-3		34
180	Компот из сушеных фруктов. сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-588, Бел-20, Жир-11, Угл-94		
Полдник				
60	Булочка «Российская» мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдэ 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная, ванилин.	ЭЦ-193, Бел-4, Жир-5, Угл-33		457
180	Кефир	ЭЦ-81, Бел-5, Жир-4, Угл-6		420
Итого за Полдник		ЭЦ-274, Бел-9, Жир-9, Угл-40		
Итого за день		ЭЦ-1 221, Бел-39, Жир-30, Угл-190	250-00	



Повар

ИП Шаповалов



МЕНЮ детский сад с 3-7лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
140	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-164, Бел-4, Жир-7, Угл-21		181
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9		410
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
Итого за Завтрак		ЭЦ-298, Бел-7, Жир-10, Угл-45		
Завтрак 2				
80	Фрукты свежие(Яблоки красн- зелен)	ЭЦ-54, Угл-8		386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-54, Угл-8		
Обед				
180	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12		88
150	Плов из курицы цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат , соль йодированная	ЭЦ-334, Бел-15, Жир-18, Угл-26		291
40	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-100, Угл-26		70
180	Кисель из сухофруктов сахар, сухофрукты, крахмал картофельный., кислота лимонная.	ЭЦ-128, Угл-32		397
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-730, Бел-20, Жир-21, Угл-115		
Полдник				
50	Вафли	ЭЦ-177, Бел-1, Жир-2, Угл-39		330
180	Какао с молоком. молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок .	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16		416
Итого за Полдник		ЭЦ-284, Бел-5, Жир-5, Угл-54		
Итого за день		ЭЦ-1 366, Бел-32, Жир-36, Угл-222	250-00	

Руководитель
МБОУ МБДОУ

Повар

ИП Шаповалов
И.Н.

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
140	Суп молочный с овсяной крупой молоко с мдж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-104, Бел-4, Жир-4, Угл-13		101
180	Кофейный напиток с молоком молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14		414
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		7
Итого за Завтрак		ЭЦ-328, Бел-12, Жир-13, Угл-41		
<u>Завтрак 2</u>				
150	Сок в ассортименте	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		
<u>Обед</u>				
180	Суп картофельный с бобовыми (горохом) картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12		87
70	Рыба, запеченная в сметанном соусе. минтай, сметана, яйцо куриное, сыр, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-83, Бел-8, Жир-5, Угл-2		266
120	Пюре картофельное с сливочным маслом. картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16		339
40	Салат из моркови морковь, сахар	ЭЦ-21, Бел-1, Угл-5		42
180	Компот из сушеных фруктов. сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-505, Бел-18, Жир-13, Угл-78		
<u>Полдник</u>				
60	Крендель сахарный. мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сушеные, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-222, Бел-4, Жир-8, Угл-33		443
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9		410
Итого за Полдник		ЭЦ-260, Бел-4, Жир-8, Угл-43		
Итого за день		ЭЦ-1 156, Бел-35, Жир-34, Угл-177	250-00	

Руководитель
МБОУ МБДОУ

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
	Каша жидкая молочная			
140	пшениная с маслом сливочным и сахаром молоко с мдэж 2,5%, пшено, масло сливочное, сахар	ЭЦ-103, Бел-4, Жир-4, Угл-13		101
180	Молоко кипяченое.	ЭЦ-102, Бел-5, Жир-5, Угл-9		419
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
Итого за Завтрак		ЭЦ-275, Бел-12, Жир-9, Угл-36		
Завтрак 2				
80	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-54, Угл-8		386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-54, Угл-8		
Обед				
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
70	Тефтели мясные с соусом (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
120	Макароны отварные с маслом. макароны, масло сливочное	ЭЦ-127, Бел-4, Жир-3, Угл-21		219
40	Икра овощная свекольная. свекла, томат , морковь, лук репчатый, масло растительное., сахар	ЭЦ-40, Бел-1, Жир-2, Угл-5		55
180	Компот из сушеных фруктов. сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-515, Бел-14, Жир-14, Угл-82		
Полдник				
50	Пряники	ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38		332
180	Ряженка	ЭЦ-92, Бел-5, Жир-5, Угл-7		420
Итого за Полдник		ЭЦ-275, Бел-8, Жир-7, Угл-45		
Итого за день		ЭЦ-1 119, Бел-35, Жир-30, Угл-175		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

[Handwritten signature of the Cook]

ИП Шаповалов
Н.Н.



250-00

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

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

Завтрак

Каша жидкая молочная

140 *пшеничная с маслом сливочным и сахаром* ЭЦ-103, Бел-4, Жир-4, Угл-13

101

молоко с мдж 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар

180 *Какао с молоком.* ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16

416

молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок

30 *Хлеб пшеничный(обогащенный)* ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14

560

Итого за Завтрак ЭЦ-280, Бел-10, Жир-7, Угл-43

Завтрак 2

150 *Сок в асортименте* ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15

418

Итого за Завтрак 2 ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15

Обед

180 *Суп картофельный с клецками .* ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9

91

картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная

60 *Котлеты,биточки,шницели рубленные.* ЭЦ-240, Бел-7, Жир-20, Угл-9

299

свинина, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное

120 *Каша рассыпчатая ячневая с маслом.* ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5

171

крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная

40 *Салат из свеклы отварной.* ЭЦ-38, Бел-1, Жир-2, Угл-3

34

свекла, масло растительное.

180 *Компот из сушеных фруктов.* ЭЦ-102, Угл-25

394

сухофрукты, сахар, кислота лимонная.

20 *Хлеб пшеничный(обогащенный)* ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9

560

20 *Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)* ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9

527

Итого за Обед ЭЦ-806, Бел-13, Жир-52, Угл-71

Полдник

60 *Сдоба обыкновенная.* ЭЦ-169, Бел-5, Жир-3, Угл-31

449

мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная

180 *Чай с молоком* ЭЦ-89, Бел-3, Жир-2, Угл-14

413

молоко с мдж 2,5%, сахар, чай черный

Итого за Полдник ЭЦ-258, Бел-7, Жир-5, Угл-46

Итого за день ЭЦ-1 408, Бел-31, Жир-65, Угл-174 **250-00**

Повар

ИП Шаповалов
В.Н.

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
140	Суп молочный с макаронными изделиями. молоко с мдж 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар	ЭЦ-102, Бел-4, Жир-4, Угл-13		100
180	Кофейный напиток с молоком молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14		414
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		7
Итого за Завтрак		ЭЦ-325, Бел-12, Жир-12, Угл-41		
Завтрак 2				
80	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-54, Угл-8		386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-54, Угл-8		
Обед				
180	Борщ с капустой и картофелем. свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9		63
70	Рыба, тушенная с овощами минтай, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат	ЭЦ-71, Бел-7, Жир-4, Угл-2		261
120	Картофель отварной. картофель, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-123, Бел-2, Жир-3, Угл-20		136
40	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-100, Угл-26		70
180	Кисель из сухофруктов сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.	ЭЦ-128, Угл-32		397
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-588, Бел-14, Жир-11, Угл-107		
Полдник				
60	Запеканка из творога с манной крупой. творог, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана	ЭЦ-148, Бел-11, Жир-7, Угл-10		251
10	Соус молочный (сладкий). молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная	ЭЦ-9, Жир-1, Угл-1		384
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9		410
Итого за Полдник		ЭЦ-195, Бел-11, Жир-8, Угл-21		
Итого за день		ЭЦ-1 163, Бел-37, Жир-32, Угл-177	250-00	



Повар

ИП Шاپовалов
Н.Н.

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
140	Суп молочный с крупой(гречневый). молоко с м.д.ж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар	ЭЦ-100, Бел-4, Жир-4, Угл-12		101
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9		410
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
Итого за Завтрак		ЭЦ-234, Бел-7, Жир-7, Угл-35		
Завтрак 2				
150	Сок в асортименте	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		
Обед				
180	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12		88
150	Птица тушеная в соусе с овощами картофель, филе цб, морковь, лук репчатый, сметана, горошек зеленый консервы, томат, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-136, Бел-13, Жир-4, Угл-4		319
40	Салат из моркови морковь, сахар	ЭЦ-21, Бел-1, Угл-5		42
180	Компот из сушеных фруктов. сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-427, Бел-19, Жир-6, Угл-65		
Полдник				
60	Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное.	ЭЦ-133, Бел-3, Жир-1, Угл-28		437
180	Кефир	ЭЦ-81, Бел-5, Жир-4, Угл-6		420
Итого за Полдник		ЭЦ-214, Бел-8, Жир-5, Угл-34		
Итого за день		ЭЦ-938, Бел-34, Жир-19, Угл-150		

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



[Handwritten signature of the cook]



250-00

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

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

Завтрак

140	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная	ЭЦ-164, Бел-4, Жир-7, Угл-21		181
-----	--	------------------------------	--	-----

180	Кофейный напиток с молоком молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14		414
-----	--	-----------------------------	--	-----

30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
----	------------------------------------	----------------------	--	-----

4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
---	----------------------------------	--------------	--	---

Итого за Завтрак ЭЦ-351, Бел-9, Жир-12, Угл-50

Завтрак 2

80	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-54, Угл-8		386
----	--	--------------	--	-----

Итого за Завтрак 2 ЭЦ-54, Угл-8

Обед

180	Суп картофельный рыбный картофель, минтай, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное., яйцо куриное, соль йодированная	ЭЦ-81, Бел-4, Жир-2, Угл-11		90,01
-----	--	-----------------------------	--	-------

70	Тефтели мясные с соусом (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
----	--	----------------------------	--	-----

120	Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом. крупа пшеничная, масло сливочное	ЭЦ-177, Бел-5, Жир-4, Угл-31		330
-----	--	------------------------------	--	-----

40	Салат из белокочанной капусты. капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.	ЭЦ-34, Бел-1, Жир-2, Угл-3		21
----	--	----------------------------	--	----

180	Компот из сушеных фруктов. сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25		394
-----	--	----------------	--	-----

20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
----	------------------------------------	---------------------	--	-----

20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
----	--	---------------------	--	-----

Итого за Обед ЭЦ-579, Бел-18, Жир-14, Угл-95

Полдник

60	Ватрушки с творогом . мука пшеничная высшего сорта, творог, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное., ванилин.	ЭЦ-167, Бел-8, Жир-4, Угл-26		410
----	--	------------------------------	--	-----

180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9		410
-----	---	--------------	--	-----

Итого за Полдник ЭЦ-205, Бел-8, Жир-4, Угл-36

Итого за день ЭЦ-1 190, Бел-35, Жир-30, Угл-188 **250-00**

Повар

ИП Шаповалов



МЕНЮ детский сад с 3-7 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
40	Яйцо вареное	ЭЦ-63, Бел-5, Жир-5		227
100	Капуста тушеная. капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)	ЭЦ-80, Бел-2, Жир-4, Угл-10		143
180	Чай с сахаром и лимоном сахар, лимоны, чай черный	ЭЦ-37, Угл-9		412
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
Итого за Завтрак		ЭЦ-277, Бел-10, Жир-12, Угл-33		
<u>Завтрак 2</u>				
150	Сок в асортименте	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		
<u>Обед</u>				
180	Суп картофельный с бобовыми (горохом) картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12		87
120	Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом. крупа гречневая, масло сливочное	ЭЦ-195, Бел-7, Жир-2, Угл-31		330
70	Печень, тушенная в соусе печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
40	Икра овощная свекольная. свекла, томат, морковь, лук репчатый, масло растительное., сахар	ЭЦ-40, Бел-1, Жир-2, Угл-5		55
180	Компот из сушеных фруктов. сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
Итого за Обед		ЭЦ-651, Бел-24, Жир-15, Угл-98		
<u>Полдник</u>				
50	Печенье.	ЭЦ-209, Бел-4, Жир-5, Угл-37		332
180	Ряженка	ЭЦ-92, Бел-5, Жир-5, Угл-8		420
Итого за Полдник		ЭЦ-301, Бел-9, Жир-9, Угл-45		
Итого за день		ЭЦ-1 292, Бел-44, Жир-36, Угл-191		

250-00Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаловалов
Н.Н.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114510

Владелец Балецкая Людмила Михайловна

Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026