

Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
	Каша жидкая молочная		
160	пшеничная с маслом сливочным и сахаром <small>молоко с мддж 2,5%, пшено, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-117, Бел-5, Жир-4, Угл-15	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
180	Чай с сахаром (№410) <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-294, Бел-9, Жир-11, Угл-37	
<u>Завтрак 2</u>			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
<u>Обед</u>			
180	Рассольник ленинградский . <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-88, Бел-1, Жир-4, Угл-12	82
70	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным <small>филе цб, молоко с мддж 2,5%, хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>	ЭЦ-135, Бел-11, Жир-7, Угл-7	324
100	Макароны отварные с маслом. <small>макароны, масло сливочное</small>	ЭЦ-106, Бел-4, Жир-2, Угл-18	219
25	Капуста тушеная. <small>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	143
180	Компот из сушеных фруктов. <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-669, Бел-23, Жир-17, Угл-103	
<u>Полдник</u>			
50	Крендель сахарный. <small>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сушеные, масло растительное., соль йодированная</small>	ЭЦ-2	443
180	Какао с молоком. <small>молоко с мддж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16	416
Итого за Полдник		ЭЦ-109, Бел-4, Жир-3, Угл-16	
Итого за день		ЭЦ-1 103, Бел-36, Жир-31, Угл-163	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Шульгина

Повар

Шульгина

ИП Шаповалов
Н.Н.



5.10
21.

Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
60	Омлет натуральный с маслом сливочным <i>яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-111, Бел-5, Жир-10, Угл-1	229
25	Капуста тушеная. <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	143
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-271, Бел-8, Жир-14, Угл-25	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
<u>Обед</u>			
180	Суп картофельный с фрикадельками мясными <i>картофель, свинина, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное., яйцо куриное, соль йодированная</i>	ЭЦ-93, Бел-4, Жир-3, Угл-12	89
70	Рыба, запеченная в сметанном соусе. <i>минтай, сметана, яйцо куриное, сыр, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</i>	ЭЦ-83, Бел-8, Жир-5, Угл-2	266
100	Рис отварной с сливочным маслом. <i>крупа рисовая, масло сливочное</i>	ЭЦ-133, Бел-2, Жир-3, Угл-24	332
25	Икра овощная свекольная. <i>свекла, томат, морковь, лук репчатый, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-25, Бел-1, Жир-1, Угл-3	55
180	Кисель из сухофруктов <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный., кислота лимонная.</i>	ЭЦ-128, Угл-32	397
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-682, Бел-22, Жир-15, Угл-111	
<u>Полдник</u>			
80	Запеканка из творога с манной крупой. <i>творог, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана</i>	ЭЦ-198, Бел-14, Жир-10, Угл-14	251
20	Соус молочный (сладкий). <i>молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-19, Бел-1, Жир-1, Угл-2	384
180	Кофейный напиток с молоком <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14	414
Итого за Полдник		ЭЦ-307, Бел-17, Жир-13, Угл-30	
Итого за день		ЭЦ-1 303, Бел-48, Жир-42, Угл-176	

Руководитель
МБОУ(МБДО
у)

Щенко

Повар

Бондарев

ИП Шаповалов
Н.Н.



Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
160	Суп молочный с макаронными изделиями <i>молоко с мдж 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-116, Бел-5, Жир-4, Угл-15	100
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-256, Бел-7, Жир-8, Угл-37	
<u>Завтрак 2</u>			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
<u>Обед</u>			
180	Борщ с капустой и картофелем. <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9	63
5	Сметана	ЭЦ-8, Жир-1	540
50/25	Печень, тушенная в соусе <i>печень (куриная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-133, Бел-10, Жир-7, Угл-7	261
120,	Пюре картофельное с сливочным маслом. <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16	339
25	Икра кабачковая..	ЭЦ-30, Жир-2, Угл-2	57
180	Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-676, Бел-22, Жир-20, Угл-97	
<u>Полдник</u>			
60	Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой <i>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное.</i>	ЭЦ-1	437
150	Кефир	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
Итого за Полдник		ЭЦ-76, Бел-4, Жир-4, Угл-6	
Итого за день		ЭЦ-1 040, Бел-33, Жир-32, Угл-148	

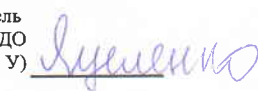
Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Повар

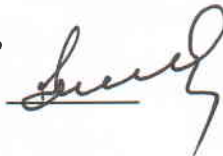
ИП Шаповалов
Н.Н.

Детский сад (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
150	Каша жидкая молочная из манной крупы . <i>молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23	181
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
150	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-32, Угл-8	410
Итого за Завтрак		ЭЦ-330, Бел-8, Жир-14, Угл-41	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
<u>Обед</u>			
150	Суп картофельный с клецками . <i>картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-52, Бел-1, Жир-2, Угл-7	91
130	Плов из птицы. <i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат</i>	ЭЦ-233, Бел-13, Жир-11, Угл-22	321
20	Салат из горошка зеленого консервированного <i>горошек зеленый консервы, масло растительное.</i>	ЭЦ-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	10
150	Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-85, Угл-21	394
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-594, Бел-21, Жир-16, Угл-87	
<u>Полдник</u>			
70	Пудинг из творога запеченный. <i>творог, изюм, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, ванилин.</i>	ЭЦ-179, Бел-11, Жир-8, Угл-17	249
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
150	Какао с молоком. <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13	416
Итого за Полдник		ЭЦ-277, Бел-14, Жир-11, Угл-31	
Итого за день		ЭЦ-1 244, Бел-44, Жир-41, Угл-169	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
160	Суп молочный с крупой(гречневый). <i>молоко с мдж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-114, Бел-5, Жир-4, Угл-14	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-254, Бел-7, Жир-8, Угл-36	
<u>Завтрак 2</u>			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
<u>Обед</u>			
180	Суп картофельный с бобовыми (горохом) <i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12	87
150	Жаркое по домашнему <i>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло сливочное</i>	ЭЦ-181, Бел-19, Жир-5, Угл-15	292
25	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-63, Угл-16	70
180	Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-661, Бел-30, Жир-12, Угл-106	
<u>Полдник</u>			
50	Пряники	ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38	332
150	Кефир	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
Итого за Полдник		ЭЦ-258, Бел-7, Жир-6, Угл-44	
Итого за день		ЭЦ-1 204, Бел-44, Жир-26, Угл-192	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.