

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
220	Каша жидкая молочная из манной крупы . <small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-257, Бел-6, Жир-11, Угл-33		181
200	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак			90-00	
Обед				
200	Суп картофельный с вермишелью <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
50	Котлеты рубленые из филе птицы. <small>филе цб, молоко с м.д.ж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное, соль йодированная</small>	ЭЦ-169, Бел-8, Жир-12, Угл-8		294
120	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <small>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
30	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с вермишелью <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			235-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
120	Омлет натуральный. <small>яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-125, Бел-12, Жир-21, Угл-2		210
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
55	Пряник ,(печенье)	ЭЦ-282, Бел-5, Жир-4, Угл-58		332
Итого за Завтрак			90-00	
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная</small>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
70/30	Рыба, тушенная в томате с овощами <small>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-105, Бел-10, Жир-5, Угл-4		229
120	Картофельное пюре с маслом <small>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
180/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном. <small>сахар, лимоны, чай черный</small>	ЭЦ-56, Угл-14		377
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная</small>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном. <small>сахар, лимоны, чай черный</small>	ЭЦ-56, Угл-14		377
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			235-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/35	Тефтели мясные с соусом <small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная</small>	ЭЦ-172, Бел-5, Жир-12, Угл-9		279
150	Каша рассыпчатая ячневая с маслом. <small>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
200	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-817, Бел-14, Жир-50, Угл-73	90-00	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с горохом . <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	Макаронные изделия отварные с маслом. <small>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
30	Салат из белокачанной капусты свежей <small>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная</small>	ЭЦ-18, Жир-1, Угл-2		45
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-787, Бел-21, Жир-29, Угл-105	100-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Суп картофельный с горохом . <small>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-367, Бел-7, Жир-8, Угл-61	45-39	
Итого за день		ЭЦ-1 972, Бел-42, Жир-86, Угл-239		

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____Повар
_____ИП Шаловалов
Н.Н.

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

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

Завтрак

220	Суп молочный с овсяной крупой <small>молоко с м.д.ж 2,5%, овсянка "Геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-164, Бел-7, Жир-7, Угл-20		101
200	Какао с молоком.. <small>молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527

Итого за Завтрак ЭЦ-660, Бел-23, Жир-22, Угл-88

90-00

Обед

200	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
160	Плов из курицы <small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томат, соль йодированная</small>	ЭЦ-356, Бел-16, Жир-20, Угл-28		291
30	Салат из моркови с сахаром <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-25, Угл-3		62
180	Кофейный напиток. <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-72, Угл-18		379
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527

Итого за Обед ЭЦ-878, Бел-26, Жир-35, Угл-108

100-00

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р

200	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Кофейный напиток. <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-72, Угл-18	9-25	379

за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р ЭЦ-405, Бел-6, Жир-14, Угл-60

45-39

Итого за день ЭЦ-1 943, Бел-55, Жир-72, Угл-256

235-39

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____Повар
_____ИП Шаповалов
Н.Н.
_____

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
50/50	Печень, тушенная в соусе <i>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9		261
135	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-256, Бел-8, Жир-8, Угл-37		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак			90-00	
Обед				
200	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
50	Котлеты ,биточки мясные. <i>свинина, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-185, Бел-6, Жир-14, Угл-8		268
120	Картофельное пюре с маслом <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
30	Икра свекольная <i>свекла, томат, лук репчатый, масло растительное., сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-33, Жир-2, Угл-3		75
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с крупой(ячневый) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			235-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



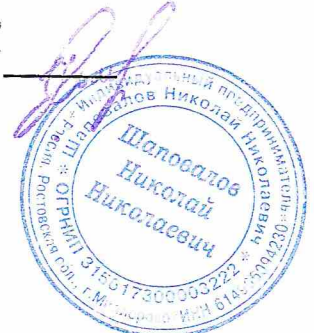
Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
220	Суп молочный с вермишелью. <i>молоко с мдж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-132, Бел-5, Жир-4, Угл-16		120
200	Кофейный напиток. <i>сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
Итого за Завтрак			90-00	
<u>Обед</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
160	Жаркое по-домашнему <i>картофель, свинина, лук репчатый, томаты, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-368, Бел-12, Жир-28, Угл-16		259
30	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-11, Бел-1, Угл-2		131
180	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томаты, соль йодированная</i>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-54, Угл-14		376
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
Итого за день			235-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/35	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-89, Бел-8, Жир-4, Угл-3		229
150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36		171
200	Чай с сахаром. <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Завтрак		ЭЦ-635, Бел-22, Жир-15, Угл-97	90-00	
<u>Обед</u>				
200	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
70	Птица тушеная в соусе сметанном/ <i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</i>	ЭЦ-107, Бел-8, Жир-7, Угл-2		290
120	Макаронные изделия отварные с маслом. <i>макаронны, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-157, Бел-4, Жир-5, Угл-24		203
30	Салат из квашеной капусты <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>	ЭЦ-26, Бел-1, Жир-2, Угл-3		47
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-723, Бел-23, Жир-19, Угл-108	100-00	
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная</i>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
Итого за день		ЭЦ-367, Бел-7, Жир-8, Угл-61		
а Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-1 725, Бел-53, Жир-42, Угл-265		

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.



Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
115/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	ЭЦ-365, Бел-20, Жир-15, Угл-38		223
	<small>творог, молоко сгущенное, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, соль йодированная</small>			379
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20		379
	<small>сахар, кофейный напиток</small>			
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
Итого за Завтрак			90-00	
Обед				
200	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
	<small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная</small>			279
70	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-142, Бел-4, Жир-10, Угл-7		279
	<small>свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, томат, крупа рисовая, соль йодированная</small>			
120	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
	<small>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</small>			67
30	Винегрет овощной .	ЭЦ-38, Жир-3, Угл-2		67
	<small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста квашеная, лук репчатый, морковь, масло растительное.</small>			376
180	Чай с сахаром.	ЭЦ-54, Угл-14		376
	<small>сахар, чай черный</small>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
	<small>картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное, масло сливочное, соль йодированная</small>			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Чай с сахаром.	ЭЦ-54, Угл-14		376
	<small>сахар, чай черный</small>			
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р			45-39	
Итого за день			235-39	
ЭЦ-1 788, Бел-46, Жир-72, Угл-219				

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

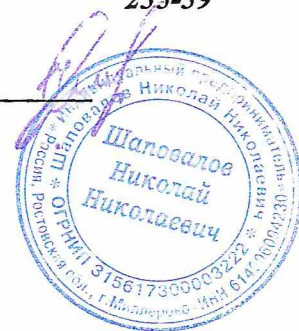
ИП Шаповалов
Н.Н.

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
230	Макароны отварные с сыром <small>макароны, сыр, масло сливочное</small>	ЭЦ-385, Бел-16, Жир-18, Угл-39		204
200	Какао с молоком.. <small>молоко с.м.д.ж.е 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак		ЭЦ-809, Бел-27, Жир-28, Угл-107	90-00	
Обед				
200	Рассольник Ленинградский <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная</small>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
70	Печень, тушенная в соусе <small>печень говяжья, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</small>	ЭЦ-125, Бел-10, Жир-7, Угл-6		261
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
30	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-75, Угл-20		70
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед		ЭЦ-828, Бел-24, Жир-20, Угл-133	100-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р				
200	Рассольник Ленинградский <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная</small>	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
4	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		14
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		ЭЦ-334, Бел-4, Жир-8, Угл-58	45-39	
Итого за день		ЭЦ-1 971, Бел-55, Жир-56, Угл-298	235-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н.

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
50/20	Птица отварная с соусом. <small>цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная</small>	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
120	Рис припущенный <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
Итого за Завтрак			ЭЦ-798, Бел-28, Жир-28, Угл-98	90-00
<u>Обед</u>				
200	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
60	Сосиски отварные .	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	Каша рассыпчатая перловая с маслом. <small>крупа перловая, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
30	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-28, Жир-2, Угл-2		52
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17		527
Итого за Обед			ЭЦ-980, Бел-18, Жир-62, Угл-85	100-00
<u>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
Итого за день			ЭЦ-410, Бел-7, Жир-15, Угл-60	45-39
Итого за день			ЭЦ-2 188, Бел-53, Жир-105, Угл-243	235-39

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шаповалов
Н.Н. _____

Меню приготавливаемых блюд на осенне-зимний период

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы .	220	6,46	10,54	33,43	257,42	181		
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14		
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15		
	Итого за Завтрак	500	18,77	23,18	91,25	668,07		90-00	
	Обед	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
		Котлеты рубленые из филе птицы.	50	7,83	11,87	7,65	169,49	294	
		Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	120	5,24	6,02	28,49	191,78	171	
Овощи соленные (огурец).		30	0,12		19,5	75	70		
Компот из смеси сухофруктов		180	0,99		38,05	161,43	349		
Хлеб пшеничный(обогащенный)		20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)		20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		
Итого за Обед		620	21,11	22,12	134,49	845,9		100-00	
Льготная категория питающихся		Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349		
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	404	4,71	5,77	62,02	343,27		45-39	
	Итого за день	1 524	44,59	51,07	287,76	1857,24		235-39	

(лист 2)

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Омлет натуральный.	120	11,52	20,79	2,26	125,48	210		
	Салат из свежых отварной с растительным маслом.	60	0,84	3,61	4,96	55,68	52		
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Пряник ,(печенье)	55	4,54	3,62	57,75	281,82	332		
	Итого за Завтрак	500	24,46	31,11	127,68	788,38		90-00	
	Обед	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	

Рыба, тушенная в томате с овощами	70/30	9,75	4,95	3,8	105	229	
Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128	
Чай с сахаром и лимоном.	180/15/7	0,12	0,02	13,83	56,41	377	
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527	
Итого за Обед	662	18,64	18,35	68,13	536,96		100
Льготная категория питающихся							
Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Чай с сахаром и лимоном.	180/15/7	0,12	0,02	13,83	56,41	377	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р	422	3,07	4,58	30,11	189,01		45-39
Итого за день	1 584	46,17	54,04	225,92	1514,35		235-39

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 1				День: среда			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Тефтели мясные с соусом	50/35	5,38	12,45	8,97	172,32	279		
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	150	1,31	34,11	6,74	339,19	171		
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Итого за Завтрак	500	14,32	49,67	73,46	817,11		90-00	
	Итого за Обед	Суп картофельный с горохом .	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
		Сосиски отварные .	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243	
		Макаронные изделия отварные с маслом.	120	4,35	4,66	24,4	156,86	203	
		Салат из белокочанной капусты свежей	30	0,39	0,97	1,88	17,88	45	
Компот из смеси сухофруктов		180	0,99	38,05	38,05	161,43	349		
Хлеб пшеничный(обогащенный)		20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)		20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		
Итого за Обед		630	20,96	28,77	104,67	787,28		100-00	
Льготная категория питающихся (
Итого за Обед		Суп картофельный с горохом .	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	38,05	38,05	161,43	349		
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	404	6,95	7,72	61,29	367,27		45-39	
Итого за день	1 534	42,23	86,16	239,42	1971,66		235-39		

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 1				День: четверг			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Суп молочный с овсяной крупой	220	6,52	6,53	19,72	163,68	101		
	Какао с молоком ..	200	3,87	3,1	25,17	145,36	382		
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14		
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9	72	72	15		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Итого за Завтрак	500	22,63	22,25	87,71	659,69		90-00	
	Итого за Обед	Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82	
		Плов из курицы	160	16,39	19,53	27,93	355,95	291	
		Салат из моркови с сахаром	30	0,37	0,03	3,44	24,51	62	
Кофейный напиток .		180			17,96	71,82	379		
Хлеб пшеничный(обогащенный)		20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
Итого за Обед		20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		

Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527	
Итого за Обед	610	26,13	35,32	108,18	878,28		100-00
Льготная категория питающихся (
Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82	
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
Кофейный напиток .	180			17,96	71,82	379	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	400	6,13	14,4	59,93	405,02		45-39
Итого за день	1 510	54,89	71,97	255,82	1942,99		235-39

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Печень, тушенная в соусе	50/50	13,73	9,57	8,98	177,92	261		
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	135	7,62	8,09	37,31	256,46	171		
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Итого за Завтрак	500	28,98	20,77	104,04	739,98		90-00	
	Обед	Суп картофельный с крупой(ячневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101	
		Котлеты ,биточки мясные.	50	6,28	14,35	7,55	185,04	268	
		Картофельное пюре с маслом	120	2,58	7,46	17,34	150,15	128	
		Икра свекольная	30	0,41	2,28	2,82	33,27	75	
Компот из смеси сухофруктов		180	0,99	0,6	38,05	161,43	349		
Хлеб пшеничный(обогащенный)		20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)		20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		
Итого за Обед		620	16,62	28,22	102,29	752,09		100-00	
Льготная категория питающихся (Суп картофельный с крупой(ячневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101	
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	0,6	38,05	161,43	349		
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	404	4,14	5,67	57,75	317,27		45-39	
	Итого за день	1 524	49,74	54,66	264,08	1809,34		235-39	

(лист 6)

Рацион: Школа миллеровский район

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Суп молочный с вермишелью.	220	4,81	4,18	15,8	132	120		
	Кофейный напиток.	200			19,96	79,8	379		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14		
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15		
	Итого за Завтрак	500	17,05	16,8	78,58	562,45		90-00	
	Обед	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
		Жаркое по-домашнему	160	11,63	28,4	15,73	367,74	259	
		Горошек овощной (консервированный).	30	0,89	0,06	1,86	11,43	131	

Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527
Итого за Обед	610	18,77	34,4	64,25	658,57	100-00
Льготная категория питающихся						
Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	400	3,01	4,58	29,78	186,6	45-39
Итого за День	1 510	38,83	55,78	172,61	1407,62	235-39

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Неделя: 2						
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/35	8,29	4,21	3,23	89,25	229		
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150	6,54	7,53	35,62	239,72	171		
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Итого за Завтрак	500	22,46	14,85	96,6	634,57		90-00	
	Обед	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
		Птица тушеная в соусе сметанном/	70	8,36	7,08	2,46	107,1	290	
		Макаронные изделия отварные с маслом.	120	4,35	4,66	24,4	156,86	203	
		Салат из квашеной капусты.	30	0,51	1,5	2,54	25,71	47	
Компот из смеси сухофруктов		180	0,99	38,05		161,43	349		
Хлеб пшеничный(обогащенный)		20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)		20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		
Итого за Обед		640	23,38	19,42	107,52	723,3		100-00	
Льготная категория питающихся		Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
		Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99	38,05		161,43	349		
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	404	6,95	7,72	61,29	367,27		45-39	
	Итого за день	1 544	52,79	41,99	265,41	1725,14		235-39	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Неделя: 2						
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Запеканка из творога с молоком стущенным	115/20	19,73	14,93	37,8	364,5	223		
	Кофейный напиток	200			19,96	79,8	379		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	100	0,4	0,4	9,8	67,5	386		
	Итого за Завтрак	500	27,69	18,42	110,31	757,4		90-00	
	Обед	Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108	
		Тефтели мясные с соусом	70	4,43	10,25	7,39	141,91	279	
		Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171	
		Итого за Обед							

Винегрет овощной	30	0,42	3,01	2,19	37,53	67
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	13,5	54	376
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527
Итого за Обед	640	13,59	46,2	70,34	773,79	100-00
Льготная категория питающихся						
Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14
Чай с сахаром.	180	0,06	0,02	13,5	54	376
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р	404	4,48	7,19	38,54	256,64	45-39
Итого за День	1 544	45,76	71,81	219,19	1787,83	235-39

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2				День: четверг		№ рецептуры	Цена
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Макаронные отварные с сыром	230	15,57	18,31	39,23	384,56	204		
	Какао с молоком.	200	3,87	3,1	25,17	145,36	382		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	90-00	
Итого за Завтрак		500	27,04	28,13	107,22	808,57			
Обед	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96		
	Печень, тушенная в соусе	70	9,61	6,7	6,29	124,54	261		
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	120	6,77	7,19	33,17	227,96	171		
	Овощи соленые (огурец).	30	0,12		19,5	75	70		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527		
Итого за Обед		640	23,88	19,92	133,43	828,33		100-00	
Льготная категория питающихся (
Льготная категория питающихся (Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560		
	Масло сливочное (порциями)	4	0,03	2,9	0,05	26,44	14		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349		
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		404	4,17	7,57	57,64	334,47		45-39
Итого за день		1 544	55,09	55,62	298,29	1971,37		235-39	

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2				День: пятница		№ рецептуры	Цена
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Птица отварная с соусом.	50/20	16,81	21,48	1,06	264,57	288		
	Рис припущенный	120	2,91	3,44	29,34	159,96	305		
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527		
Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	100	0,4	0,4	9,8	67,5	386			
Итого за Завтрак		555	27,75	28,43	97,95	797,63		90-00	
Обед	Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82		
	Сосиски отварные .	60	6,06	16,96	0,27	178,91	243		
	Каша рассыпчатая перловая с маслом.	120	1,05	27,29	5,39	271,35	171		
	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	30	0,42	1,8	2,48	27,84	52		

Сок фруктовый или ягодный .	180	0,9	0,18	18,18	76,32	389
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	20	3,24	1,36	16,88	92,8	527
Итого за Обед	630	17,8	61,99	85,17	980,42	100-00
Льготная категория питающихся (
Борщ с капустой и картофелем..	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82
Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560
Сок фруктовый или ягодный .	180	0,9	0,18	18,18	76,32	389
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	400	7,03	14,58	60,15	409,52	45-39
Итого за день	1 585	52,58	105	243,27	2187,57	235-39

Итого за период	15 403	482,67	648,1	2471,77	18175,11
Среднее значение за период		48,3	64,8	247,2	1817,5

Составил _____ Администратор

Утвердил _____