Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
230	Каша жидкая молочная из манной крупы . *молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная*	ЭЦ-269, Бел-7, Жир-11, Угл-35		181
200	Какао с молоком.. *молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок*	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-82, Бел-3, Угл-16		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		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-670, Бел-20, Жир-24, Угл-90		
	ОБЕД			
250	Суп картофельный с вермишелью *картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-118, Бел-3, Жир-3, Угл-17		103
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
		ЭЦ-377, Бел-5, Жир-7, Угл-69		
	Итого за день	ЭЦ-1 048, Бел-25, Жир-31, Угл-160	149,94	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____

Индивидуальный предприниматель Шаповалов Николай Николаевич * ОГРНИП 315617300003222 * Ростовская обл., г.Миллерово * ИНН 614910094230 *

(1вт)

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
160	**Омлет натуральный.** *яйцо куриное, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-167, Бел-15, Жир-28, Угл-3		210
90	**Салат из свеклы отварной с растительным маслом.** *свекла, масло растительное.*	ЭЦ-84, Бел-1, Жир-5, Угл-7		52
200	**Кофейный напиток .** *сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
	Итого за Завтрак	ЭЦ-470, Бел-21, Жир-34, Угл-58		
	ОБЕД			
250	**Щи из свежей капусты с картофелем.** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная*	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
20	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	**Масло сливочное (порциями)**	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	**Чай с сахаром и лимоном.** *сахар, лимоны, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		377
		ЭЦ-225, Бел-4, Жир-9, Угл-31		
	Итого за день	ЭЦ-695, Бел-24, Жир-43, Угл-89	*149,94*	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н.

Индивидуальный предприниматель Шаповалов Николай Николаевич * ОГРНИП 315617300003222 * Россия, Ростовская обл., г.Миллерово * ИНН 614006094230 *
Шаповалов Николай Николаевич

(1ср)

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
90	**Тефтели мясные с соусом** *свинина, лук репчатый, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., томат , крупа рисовая, соль йодированная*	ЭЦ-182, Бел-6, Жир-13, Угл-10		279
160	**Каша рассыпчатая ячневая с маслом.** *крупа ячневая , масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-362, Бел-1, Жир-36, Угл-7		171
200	**Чай с сахаром.** *сахар, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		
	Итого за Завтрак	ЭЦ-739, Бел-11, Жир-50, Угл-59		527
	ОБЕД			
250	**Суп картофельный с горохом .** *картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная*	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
20	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	**Сыр твердый (порциями)**	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	**Компот из смеси сухофруктов** *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
		ЭЦ-446, Бел-13, Жир-11, Угл-68		
	Итого за день	ЭЦ-1 186, Бел-24, Жир-62, Угл-121	*149,94*	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____ Чапоналов Н.Н.

(1чт)

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
90	Птица тушеная в соусе сметанном/ *филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-138, Бел-11, Жир-9, Угл-3		290
160	Каша рассыпчатая гречневая с маслом *крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-304, Бел-9, Жир-10, Угл-44		171
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
200	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
	Итого за Завтрак	ЭЦ-666, Бел-25, Жир-20, Угл-96		
	ОБЕД			
250	Борщ с капустой и картофелем.. *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная*	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Кофейный напиток . *сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-80, Угл-20		379
		ЭЦ-500, Бел-7, Жир-21, Угл-69		
	Итого за день	ЭЦ-1 166, Бел-32, Жир-41, Угл-165	149,94	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шапровалов Н.Н. _____

Индивидуальный предприниматель Шапровалов Николай Николаевич * ОГРНИП 315619600003222 * Ростовская обл., г.Миллерово * ИНН 614910094230 *
Шапровалов Николай Николаевич

(1пт)

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
90	Печень, тушенная в соусе *печень ., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-160, Бел-12, Жир-9, Угл-8		261
160	Макаронные изделия отварные с маслом. *макароны, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-209, Бел-6, Жир-6, Угл-33		203
200	Чай с сахаром и лимоном. *сахар, лимоны, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		377
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		
	Итого за Завтрак	ЭЦ-564, Бел-22, Жир-15, Угл-82		527
	ОБЕД			
250	Суп картофельный с крупой(ячневый) *картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-3, Угл-12		101
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
		ЭЦ-345, Бел-5, Жир-7, Угл-64		
	Итого за день	ЭЦ-909, Бел-27, Жир-22, Угл-146	*149,94*	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____

ОГРНИП 315619600033222 Индивидуальный предприниматель Шаповалов Николай Николаевич Ростовская обл., г.Миллерово ИНН 614906094230

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
240	**Суп молочный с вермишелью.** *молоко с м.д.ж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная*	ЭЦ-144, Бел-5, Жир-5, Угл-17		120
200	**Кофейный напиток .** *сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
25	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		
5	**Масло сливочное (порциями)**	ЭЦ-33, Жир-4		527
10	**Сыр твердый (порциями)**	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		14
	Итого за Завтрак	ЭЦ-456, Бел-14, Жир-15, Угл-63		15
	ОБЕД			
250	**Щи из свежей капусты с картофелем.** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., петрушка (корень), томат , соль йодированная*	ЭЦ-90, Бел-2, Жир-5, Угл-8		88
20	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	**Сыр твердый (порциями)**	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	**Чай с сахаром.** *сахар, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		376
		ЭЦ-264, Бел-8, Жир-11, Угл-31		
	Итого за день	ЭЦ-721, Бел-22, Жир-26, Угл-94	*149,94*	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар ИП Шаповалов Н.Н. _____

Индивидуальный предприниматель Шаповалов Николай Николаевич * ОГРНИП 315619600032322 * Ростовская обл., г.Миллерово * ИНН 619605394230 *

(2вт)

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
90	**Рыба, тушенная в томате с овощами** минтай, морковь, томат , лук репчатый, масло растительное., кислота лимонная., соль йодированная	ЭЦ-95, Бел-9, Жир-4, Угл-3		229
160	**Каша рассыпчатая пшеничная с маслом** крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-256, Бел-7, Жир-8, Угл-38		171
200	**Чай с сахаром.** сахар, чай черный	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		
	Итого за Завтрак	ЭЦ-545, Бел-20, Жир-13, Угл-83		527
	ОБЕД			
250	**Суп картофельный с горохом .** картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень), соль йодированная	ЭЦ-148, Бел-5, Жир-5, Угл-17		102
20	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	**Масло сливочное (порциями)**	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	**Компот из смеси сухофруктов** сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
		ЭЦ-407, Бел-8, Жир-9, Угл-68		
	Итого за день	ЭЦ-953, Бел-28, Жир-22, Угл-151	*149,94*	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шапоралов Н.Н. _____

ОГРНИП 319000000033222 Шапоралов Николай Николаевич Ростовская обл., г.Миллерово

(2ср)

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
160	Запеканка из творога со сметаной.	ЭЦ-364, Бел-22, Жир-21, Угл-22		223
	творог, сметана, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные			
200	Кофейный напиток .	ЭЦ-80, Угл-20		379
	сахар, кофейный напиток			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-57, Бел-1, Угл-12		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
	Итого за Завтрак	ЭЦ-639, Бел-26, Жир-22, Угл-77		
	ОБЕД			
250	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-144, Бел-4, Жир-5, Угл-19		108
	картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное,, масло сливочное, соль йодированная			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-56, Угл-14		376
	сахар, чай черный			
		ЭЦ-280, Бел-5, Жир-8, Угл-42		
	Итого за день	ЭЦ-919, Бел-32, Жир-30, Угл-119	149,94	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаловалов И.Н. _____

Индивидуальный предприниматель Шаловалов Николай Николаевич * ОГРНИП 315617300003222 * Ростовская обл., г.Миллерово * ИНН 614906094230 *

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
240	Макароны отварные с сыром *макароны, сыр, масло сливочное*	ЭЦ-401, Бел-16, Жир-19, Угл-41		204
200	Какао с молоком.. *молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок*	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		527
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
	Итого за Завтрак	ЭЦ-719, Бел-24, Жир-26, Угл-94		
	ОБЕД			
250	Рассольник Ленинградский *картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-107, Бел-2, Жир-5, Угл-12		96
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
200	Компот из смеси сухофруктов *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
		ЭЦ-405, Бел-9, Жир-11, Угл-64		
	Итого за день	ЭЦ-1 124, Бел-34, Жир-38, Угл-158	149,94	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шапоренков Н.Н. _____

Индивидуальный предприниматель Шапоренков Николай Николаевич * ОГРНИП 315617400003222 * Ростовская обл., г.Миллерово * ИНН 611900594230 *

Меню ОВЗ с 12лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
90	**Птица отварная с соусом.** *цыпленок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень), соль йодированная*	ЭЦ-340, Бел-22, Жир-28, Угл-1		288
160	**Рис припущенный** *крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-213, Бел-4, Жир-5, Угл-39		305
200	**Чай с сахаром.** *сахар, чай черный*	ЭЦ-56, Угл-14		376
30	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
30	**Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-69, Бел-2, Угл-14		
	Итого за Завтрак	ЭЦ-748, Бел-30, Жир-33, Угл-82		527
	ОБЕД			
250	**Борщ с капустой и картофелем..** *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат , масло растительное., петрушка (корень), сахар, соль йодированная*	ЭЦ-341, Бел-6, Жир-17, Угл-40		82
20	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
5	**Масло сливочное (порциями)**	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	**Сок фруктовый или ягодный .**	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
		ЭЦ-505, Бел-8, Жир-21, Угл-70		
	Итого за день	ЭЦ-1 253, Бел-38, Жир-54, Угл-152	*149,94*	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____