

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 7

И.А.Губанова

Утверждаю,

Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

МЕНЮ

21.11.2022

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 115,04 руб							1 понедельник
6,25	4,29	20,51	147,25	810	Бутерброд с сыром		
12,99	19,63	0,81	231,81	891	Омлет запеченный или паровой	50	18,22
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	150	29,05
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	25	2,00
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	200	5,40
21,35	24,63	54,63	538,41			100	9,94
обед							
0,56	3,48	3,66	47,80	814	Икра овощная морковная		
1,40	2,58	11,57	75,79	84	Суп картофельный со сметаной	60	4,40
18,61	22,49	43,64	379,77	1075	Плов из птицы	200	5,54
0,46	0,12	26,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200	45,17
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
24,17	31,71	108,68	720,73			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 64,61 руб							115,04
6,25	4,29	20,51	147,25	810	Бутерброд с сыром		
12,99	19,63	0,81	231,81	891	Омлет запеченный или паровой	50	18,22
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	150	29,05
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	25	2,00
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	200	5,40
21,35	24,63	54,63	538,41			100	9,94
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 64,61 руб							64,61
0,56	3,48	3,66	47,80	814	Икра овощная морковная		
1,40	2,58	11,57	75,79	84	Суп картофельный со сметаной	60	4,40
18,61	22,49	43,64	379,77	1075	Плов из птицы	200	5,54
0,46	0,12	26,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200	45,17
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
24,00	29,14	101,77	691,23			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 136,71 руб							
6,25	4,29	20,51	147,25	810	Бутерброд с сыром		
15,59	23,56	0,98	278,18	891	Омлет запеченный или паровой	50	18,22
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	180	41,65
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	200	5,40
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	25	2,00
23,95	28,56	54,80	584,78			100	9,94
обед							
0,93	5,80	6,10	79,67	992	Икра овощная морковная		
1,76	3,22	17,46	104,70	84	Суп картофельный со сметаной	100	11,89
19,54	23,62	51,62	416,80	1075	Плов из птицы	250	6,33
0,46	0,12	26,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	210	49,49
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
25,95	37,51	126,63	858,17			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 77,21 руб							136,71
0,93	5,80	6,10	79,67	992	Икра овощная морковная		
1,76	3,22	17,46	104,70	84	Суп картофельный со сметаной	100	11,89
19,54	23,62	51,62	416,80	1075	Плов из птицы	250	6,33
0,46	0,12	26,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	210	49,49
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
25,66	33,23	118,08	789,04			25	2,00
							77,21

Технолог:

Зав. производством

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 7

И.А.Губанова

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

МЕНЮ

22.11.2022

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 115,04 руб							
18,32	12,69	4,09	196,13	1027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	29,77
0,34	1,79	1,40	18,12	600,01	Соус сметанный с томатом	20	3,39
3,17	9,55	28,29	213,50	997	Картофель тушеный	150	21,95
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	5,40
24,80	24,50	65,15	579,27				
обед							
1,14	5,34	4,62	59,50	813	Икра кабачковая	60	5,30
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,00
1,82	6,09	11,24	164,94	1076	Печень по-строгановски	90	23,21
5,72	6,03	29,48	204,24	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	18,80
0	0	22,96	79,80	917,02	Компот из ягод	200	6,20
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
12,64	17,63	89,72	633,33				
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 64,61 руб							
18,32	12,69	4,09	196,13	1027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	29,77
0,34	1,79	1,40	18,12	600,01	Соус сметанный с томатом	20	3,39
3,17	9,55	28,29	213,50	997	Картофель тушеный	150	21,95
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	5,40
24,80	24,50	65,15	579,27				
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 64,61 руб							
1,14	5,34	4,62	59,50	813	Икра кабачковая	60	5,30
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	7,00
1,82	6,09	11,24	164,94	1076	Печень по-строгановски	90	23,21
5,72	6,03	29,48	204,24	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	18,80
0	0	22,96	79,80	917,02	Компот из ягод	200	6,20
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
13,30	22,91	92,78	684,46				
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 136,71 руб							
20,35	14,10	6,19	247,20	1027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	100	36,13
0,34	1,79	1,40	18,12	600,01	Соус сметанный с томатом	20	3,39
4,01	12,10	35,83	270,43	997	Картофель тушеный	190	28,19
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	5,40
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
27,67	28,46	74,79	687,27				
обед							
1,14	5,34	4,62	59,50	813	Икра кабачковая	60	5,30
2,06	6,22	11,71	138,80	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	8,16
2,02	6,77	14,16	183,26	1076	Печень по-строгановски	100	29,73
6,86	7,24	35,37	245,09	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	23,72
0	0	22,96	79,80	917,02	Компот из ягод	200	6,20
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
14,39	20,76	102,16	746,99				
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 77,21 руб							
1,14	5,34	4,62	59,50	813	Икра кабачковая	60	5,30
2,06	6,22	11,71	138,80	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	8,16
2,02	6,77	14,16	183,26	1076	Печень по-строгановски	100	29,73
6,86	7,24	35,37	245,09	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	23,72
0	0	22,96	79,80	917,02	Компот из ягод	200	6,20
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
15,05	26,04	105,22	798,12				
							77,21

Технолог:

Зав. производством

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 7

И.А.Губанова

МЕНЮ

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

23.11.2022

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 147,49 руб							1 среда
1,76	3,01	21,19	117,20	815	Бутерброд с маслом и повидлом		
8,48	8,71	37,96	289,19	302	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	40	8,30
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	200	36,87
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,00
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	25	2,10
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	200	5,40
13,61	12,59	100,32	604,91			100	9,94
обед							
0,89	1,56	1,87	25,03	818	Горошек зеленый отварной		
2,11	5,13	18,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	30	4,70
15,06	17,07	17,90	238,28	255	Биточки из курицы	200	6,41
3,21	6,53	42,22	187,30	959	Рагу из овощей	90	30,49
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	150	13,51
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
24,37	31,77	123,93	784,52			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 64,61 руб							147,49
1,76	3,01	21,19	117,20	815	Бутерброд с маслом и повидлом		
8,48	8,71	37,96	289,19	302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	40	8,30
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	200	36,87
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,00
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	25	2,10
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	200	5,40
13,61	12,59	100,32	604,91			100	9,94
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 64,61 руб							64,61
0,89	1,56	1,87	25,03	818	Горошек зеленый отварной		
2,11	5,13	18,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	30	4,70
15,06	17,07	17,90	238,28	255	Биточки из курицы	200	6,41
3,21	6,53	42,22	187,30	959	Рагу из овощей	90	30,49
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	150	13,51
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
24,38	30,78	120,83	762,42			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 136,71 руб							64,61
1,76	3,01	21,19	117,20	815	Бутерброд с маслом и повидлом		
8,48	8,71	37,96	289,19	302	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	40	8,30
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	49,47
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	200	5,40
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	100	9,94
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
13,61	12,95	100,32	604,91			25	2,00
обед							
2,35	4,01	28,25	156,27	818	Горошек зеленый отварной		
2,64	6,41	18,77	167,90	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	40	6,65
16,74	18,97	23,70	274,60	255	Биточки из курицы	250	8,12
3,85	7,83	25,47	188,71	959	Рагу из овощей	100	34,01
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	180	18,93
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
27,39	36,76	114,73	880,63			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 77,21 руб							136,71
2,81	6,84	24,01	158,59	818	Горошек зеленый отварной		
2,64	6,41	18,77	167,90	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	40	6,65
16,74	18,97	23,70	274,60	255	Биточки из курицы	250	8,12
3,85	7,83	25,47	188,71	959	Рагу из овощей	100	34,01
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	180	18,93
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
29,15	40,54	132,78	982,67			25	2,00
							77,21

Технолог:

Зав. производством

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 7

И.А.Губанова

МЕНЮ

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

24.11.2022

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 115,04 руб							
0,93	4,45	3,85	49,58	813	Икра кабачковая		
18,61	22,49	43,64	379,77	1075	Плов из птицы	50	9,94
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	45,17
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	200	5,40
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,00
22,04	23,02	76,50	538,29			25	2,10
обед							
5,06	8,54	18,41	176,30	960	Суп-крем из разных овощей		
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	200	6,29
13,81	8,88	13,63	178,07	1028	Котлеты рыбные	15	1,31
3,43	6,22	29,53	204,03	518	Картофель отварной	90	25,20
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	170	21,71
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	6,00
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
27,33	24,51	113,44	805,57			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 64,61 руб							
0,93	4,45	3,85	49,58	813	Икра кабачковая		
18,61	22,49	43,64	379,77	1075	Плов из птицы	50	9,94
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	45,17
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	200	5,40
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,00
22,57	27,42	79,05	580,87			25	2,10
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 64,61 руб							
5,06	8,54	18,41	176,30	960	Суп-крем из разных овощей		
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	200	6,29
13,81	8,88	13,63	178,07	1028	Котлеты рыбные	15	1,31
3,43	6,22	29,53	204,03	518	Картофель отварной	90	25,20
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	170	21,71
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	6,00
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
27,33	24,51	113,44	805,57			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 136,71 руб							
0,93	4,45	3,85	49,58	813	Икра кабачковая		
23,26	28,12	61,45	474,71	1075	Плов из птицы	50	9,94
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	250	57,77
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
26,69	28,65	94,31	633,23			25	2,00
обед							
6,33	10,68	24,60	195,35	960	Суп-крем из разных овощей		
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	250	7,08
15,35	9,87	11,81	207,90	1028	Котлеты рыбные	15	1,31
4,23	7,68	34,01	259,00	518	Картофель отварной	100	31,64
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	210	27,08
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	6,00
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
30,94	29,10	122,29	909,42			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 77,21 руб							
6,33	10,68	24,60	195,35	960	Суп-крем из разных овощей		
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	250	7,08
15,35	9,87	11,81	207,90	1028	Котлеты рыбные	15	1,31
4,23	7,68	34,01	252,03	518	Картофель отварной	100	31,64
0,16	0,16	23,88	99,10	390	Компот из свежих плодов	210	27,08
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	6,00
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
30,94	29,10	122,29	902,45			25	2,00
							77,21

Технолог:

Зав. производством

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 7
И.А.Губанова

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

МЕНЮ

25.11.2022

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 115,04 руб							
16,96	11,05	18,89	245,99	1073	Пудинг творожно-манный		
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сгущенное соус	130	37,90
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	30	7,27
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	200	5,40
1,05	0,17	6,44	31,30	894,01	Хлеб пшеничный	100	9,94
1,32	0,30	6,68	42,00	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
21,92	13,43	73,53	514,64			25	2,00
обед							
1,12	6,00	6,83	84,60	817	Маринад овощной		
3,86	3,91	22,96	112,44	139	Суп картофельный с бобовыми	60	3,88
16,86	20,71	6,91	208,26	1079	Птица тушеная в соусе красном с овощами	200	5,10
5,92	4,94	38,48	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	90	28,72
0,17	0,07	17,58	60,45	930	Напиток Ягодка	150	17,41
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
30,61	30,75	112,05	721,67			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 64,61 руб							
16,96	11,05	18,89	245,99	1073	Пудинг творожно-манный		
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сгущенное соус	130	37,90
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	30	7,27
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	200	5,40
1,05	0,17	6,44	31,30	894,01	Хлеб пшеничный	100	9,94
1,32	0,30	6,68	42,00	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
21,92	13,43	73,53	514,64			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 64,61 руб							
1,12	6,00	6,83	84,60	817	Маринад овощной		
3,86	3,91	22,96	112,44	139	Суп картофельный с бобовыми	60	3,88
16,86	20,71	6,91	208,26	1079	Птица тушеная в соусе красном с овощами	200	5,10
5,92	4,94	38,48	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	90	28,72
0,17	0,07	17,58	60,45	930	Напиток Ягодка	150	17,41
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
30,90	36,10	109,16	769,47			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 136,71 руб							
23,49	15,30	26,16	340,60	1073	Пудинг творожно-манный		
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сгущенное соус	180	50,50
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	30	7,27
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
0,40	0,40	9,80	47,00	976,03	Фрукт	25	2,00
29,05	17,68	84,08	627,62			100	9,94
обед							
1,12	6,00	6,83	84,60	817	Маринад овощной		
4,82	4,88	26,70	181,60	139	Суп картофельный с бобовыми	60	3,88
18,73	23,02	13,01	245,00	1079	Птица тушеная в соусе красном с овощами	250	9,04
6,71	5,59	52,80	254,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	100	36,57
0,17	0,07	17,58	60,45	930	Напиток Ягодка	170	18,22
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
34,23	34,68	133,21	870,02			25	2,00
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 77,21 руб							
1,12	6,00	6,83	84,60	817	Маринад овощной		
4,82	4,88	26,70	181,60	139	Суп картофельный с бобовыми	60	3,88
18,73	23,02	13,01	245,00	1079	Птица тушеная в соусе красном с овощами	250	9,04
6,71	5,59	52,80	254,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	100	36,57
0,17	0,07	17,58	60,45	930	Напиток Ягодка	170	18,22
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,10
34,52	40,03	133,32	917,82			25	2,00
							77,21

Технолог:

Зав. производством

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 7

И.А.Губанова

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

МЕНЮ

26.11.2022

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 115,04 руб							
1 суббота							
8,48	4,05	3,86	117,02	1070	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	31,63
6,48	6,83	33,41	231,47	998	Каша гречневая рассыпчатая	170	23,48
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
17,93	11,35	68,64	500,01				
обед							
0,68	3,80	4,61	55,56	520	Икра овощная свекольная	50	5,07
3,14	3,36	15,78	106,76	1152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	4,89
7,54	16,92	9,32	220,94	1062	Тефтели мясные с рисом	90	29,85
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	17,40
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
17,02	29,37	83,95	704,71				115,04
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 64,61 руб							
8,48	4,05	3,86	117,02	1070	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	31,63
6,48	6,83	33,41	231,47	998	Каша гречневая рассыпчатая	170	23,48
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
17,93	11,35	68,64	500,01				64,61
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 64,61 руб							
0,68	3,80	4,61	55,56	520	Икра овощная свекольная	50	5,07
3,14	3,36	15,78	106,76	1152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	4,89
7,54	16,92	9,32	220,94	1062	Тефтели мясные с рисом	90	29,85
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	17,40
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	20	2,00
17,23	30,10	87,45	724,41				64,61
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 136,71 руб							
9,43	4,50	4,28	130,02	1070	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	38,87
8,01	8,44	41,27	285,94	998	Каша гречневая рассыпчатая	210	28,84
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	5,40
1,32	0,17	8,05	39,17	894,01	Хлеб пшеничный	25	2,10
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
20,41	13,41	76,92	567,48				
обед							
0,82	4,56	5,54	66,68	520	Икра овощная свекольная	60	7,99
3,93	4,20	19,73	143,50	1152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	6,70
8,38	18,81	14,25	235,40	1062	Тефтели мясные с рисом	100	35,23
4,89	6,84	33,15	224,94	995	Пюре картофельное	180	19,89
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
19,55	33,85	101,24	800,57				136,71
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 77,21 руб							
0,82	4,56	5,54	66,68	520	Икра овощная свекольная	60	7,99
3,93	4,20	19,73	143,50	1152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	6,70
8,38	18,81	14,25	235,40	1062	Тефтели мясные с рисом	100	35,23
4,89	6,84	33,15	224,94	995	Пюре картофельное	180	19,89
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200	5,40
1,65	0,30	8,35	52,50	1147	Хлеб ржаной	25	2,00
19,81	34,73	105,45	824,22				77,21

Технолог

Зав. производством