



СОШ № 20

Т.А. Шипулина

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

Объем, е	Жидко, е	Гелеводы, е	ЭЦ, экв	№ Рес.	Наименование блюд	Блюд, е	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб							
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93
12,99	19,63	0,81	231,81	891	Омлет запеченный или паровой	150	41,09
0,24	0,03	0,78	4,19	836	Огурцы свежие порционно	30	12,91
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
21,81	27,93	42,78	509,51				95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб							
Завтрак							
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93
17,32	26,17	1,09	309,09	891	Омлет запеченный или паровой	200	53,28
0,40	0,05	1,30	6,98	836	Огурцы свежие порционно	50	17,14
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
Обед							
2,42	2,34	17,43	100,82	1039	Суп картофельный с вермишелью	250	19,53
28,87	42,38	60,02	737,34	444,01	Плов со свиной.	250	86,45
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93
63,44	81,90	184,72	1 747,13				269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб							
Завтрак							
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93
12,99	19,63	0,81	231,81	891	Омлет запеченный или паровой	150	41,09
0,24	0,03	0,78	4,19	836	Огурцы свежие порционно	30	12,91
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
Обед							
1,94	1,88	13,95	80,66	1039	Суп картофельный с вермишелью	200	15,62
23,09	33,90	48,01	589,87	444,01	Плов со свиной.	200	67,38
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93
52,69	66,39	168,44	1 499,44				230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб							
1,94	1,88	13,95	80,66	1039	Суп картофельный с вермишелью	200	15,62
23,09	33,90	48,01	589,87	444,01	Плов со свиной.	200	67,38
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93
30,89	38,46	125,67	989,93				134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб							
2,42	2,34	17,43	100,82	1039	Суп картофельный с вермишелью	250	19,53
28,87	42,38	60,02	737,34	444,01	Плов со свиной.	250	86,45
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93
37,14	47,40	141,15	1 157,56				157,29

Технолог:

Заведующий



Согласовано
Директор ООО "Комбинат общественного питания" № 20

Т.А. Шипулина

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

ЭЦ, колл	№ Рсч.	Наименование Блюда		Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб					
7,99	123,93	306,04	302	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200 29,65
0,25	14,97	59,85	971	Чай ягодный	200 10,00
6,99	4,38	46,22	252,30	948 Шаньзя со сметаной	80 24,35
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03 Фрукт	100 25,93
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01 Хлеб пшеничный.	25 6,00
18,73	14,10	130,71	757,19		95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб					
Завтрак					
10,59	9,98	54,92	382,55	302 Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250 46,07
0	0	14,97	59,85	971 Чай ягодный	200 10,00
6,99	4,38	46,22	252,30	948 Шаньзя со сметаной	80 24,35
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03 Фрукт	100 25,93
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01 Хлеб пшеничный.	25 6,00
Обед					
2,06	6,22	10,11	105,39	124 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250 23,54
14,86	18,83	3,40	242,53	1296 Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	110 60,25
7,62	8,04	39,30	272,32	998 Каша гречневая рассыпчатая	200 22,19
0,16	0,02	13,89	56,44	932 Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01 Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147 Хлеб ржаной.	25 5,38
0,43	0,05	43,09	176,04	1466 Зефир	54 25,93
50,79	51,22	273,00	1 819,67		269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб					
Завтрак					
8,47	7,99	43,93	306,04	302 Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200 29,65
0	0	14,97	59,85	971 Чай ягодный	200 10,00
6,99	4,38	46,22	252,30	948 Шаньзя со сметаной	80 24,35
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03 Фрукт	100 25,93
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01 Хлеб пшеничный.	25 6,00
Обед					
1,65	4,98	8,08	84,31	124 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200 12,47
13,51	17,12	3,09	220,48	1296 Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100 55,30
5,72	6,03	29,48	204,24	998 Каша гречневая рассыпчатая	150 15,23
0,16	0,02	13,89	56,44	932 Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01 Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147 Хлеб ржаной.	25 5,38
0,43	0,05	43,09	176,04	1466 Зефир	54 25,93
45,00	44,26	249,86	1 631,96		230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб					
1,65	4,98	8,08	84,31	124 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200 12,47
13,51	17,12	3,09	220,48	1296 Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100 55,30
5,72	6,03	29,48	204,24	998 Каша гречневая рассыпчатая	150 15,23
0,16	0,02	13,89	56,44	932 Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01 Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147 Хлеб ржаной.	25 5,38
0,43	0,05	43,09	176,04	1466 Зефир	54 25,93
26,27	30,16	119,15	874,76		134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб					
2,06	6,22	10,11	105,39	124 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250 23,54
14,86	18,83	3,40	242,53	1296 Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	110 60,25
7,62	8,04	39,30	272,32	998 Каша гречневая рассыпчатая	200 22,19
0,16	0,02	13,89	56,44	932 Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01 Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147 Хлеб ржаной.	25 5,38
0,43	0,05	43,09	176,04	1466 Зефир	54 25,93
29,94	35,12	131,30	985,97		157,29

Технолог:

Завар

Согласовано
 Директор ООО "Комбинат общественного питания" А. Шипулина

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

06.09.2012
 А. Шипулина

Вид	№	ЗЦ, жал	№	№	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб							
22,30	14,56	24,93	325,73	365	Запеканка творожная	150	59,00
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сущенное	30	5,00
3,77	3,92	15,73	114,47	919	Какао с молоком	200	10,00
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56	15,93
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
35,05	26,60	109,77	825,12				95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб							
Завтрак							
26,74	17,48	29,91	390,87	365	Запеканка творожная	180	68,72
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сущенное	30	5,00
3,77	3,92	15,73	114,47	919	Какао с молоком	200	10,00
6,30	8,23	62,50	341,88	1141	Печенье детское	84	17,25
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
Обед							
2,64	6,41	18,77	148,68	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	29,56
8,48	19,66	11,14	256,77	1062	Тефтели мясные с рисом с соусом томатным	100/20	51,19
5,43	7,60	33,28	249,93	995	Пюре картофельное	200	25,23
0,32	0,14	18,45	77,66	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
12,62	10,54	26,80	196,74	4506,0	Пицца с картошкой	100	25,93
78,02	79,40	276,16	2 132,00				269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб							
Завтрак							
22,28	14,56	24,93	325,73	365	Запеканка творожная	150	59,00
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сущенное	30	5,00
3,77	3,92	15,73	114,47	919	Какао с молоком	200	10,00
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56	15,93
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
Обед							
2,11	5,13	15,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	23,26
7,64	17,77	10,11	232,22	1062	Тефтели мясные с рисом с соусом томатным	90/20	43,67
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	16,07
0,32	0,14	18,45	77,66	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
12,62	10,54	26,80	196,74	4506,0	Пицца с картошкой	100	25,93
66,61	67,85	226,61	1 771,38				230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб							
2,11	5,13	15,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	23,26
7,64	17,77	10,11	232,22	1062	Тефтели мясные с рисом с соусом томатным	90/20	43,67
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	16,07
0,32	0,14	18,45	77,66	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
12,62	10,54	26,80	196,74	4506,0	Пицца с картошкой	100	25,93
31,56	41,25	116,85	946,26				134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб							
2,64	6,41	18,77	148,68	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	29,56
8,48	19,66	11,14	256,77	1062	Тефтели мясные с рисом с соусом томатным	100/20	51,19
5,43	7,60	33,28	249,93	995	Пюре картофельное	200	25,23
0,32	0,14	18,45	77,66	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
12,62	10,54	26,80	196,74	4506,0	Пицца с картошкой	100	25,93
34,29	46,32	129,95	1 063,03				157,29

Технолог:

Завар Мещ

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 20

Т.А. Шипулина

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

07.09.2018		№		ЗЦ, kcal	№ Рец.	Наименования блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб								
198,36	842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным				200	27,88	
59,85	971	Чай ягодный				200	10,00	
68,50	894,01	Хлеб пшеничный.				25	6,00	
270,21	1462,04	Булочка с маковой начинкой				100	26,12	
70,50	976,03	Фрукт				100	25,93	
14,17	8,29	132,90	667,43					95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб								
Завтрак								
5,60	5,60	43,85	247,95	842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		250	44,30
0	0	14,97	59,85	971	Чай ягодный		200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00
6,43	2,08	57,27	270,21	1462,04	Булочка с маковой начинкой		100	26,12
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт		100	25,93
Обед								
2,45	6,74	14,39	115,71	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной		250	16,35
11,52	6,27	5,33	138,06	1070,01	Рыба, тушенная с овощами		100	74,42
4,95	6,16	51,87	282,73	512	Рис прилуценный		200	15,21
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок.		200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское		56	25,93
43,36	36,19	300,31	1 713,79					269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб								
Завтрак								
4,48	4,48	35,08	198,36	842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		200	27,88
0	0	14,97	59,85	971	Чай ягодный		200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00
6,43	2,08	57,27	270,21	1462,04	Булочка с маковой начинкой		100	26,12
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт		100	25,93
Обед								
1,96	5,39	11,51	92,57	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной		200	12,65
10,37	5,65	4,80	124,25	1070,01	Рыба, тушенная с овощами		90	58,31
3,71	4,62	38,90	212,05	512	Рис прилуценный		150	12,04
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок.		200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское		56	25,93
39,36	31,55	275,16	1 556,57					230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб								
1,96	5,39	11,51	92,57	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной		200	12,65
10,37	5,65	4,80	124,25	1070,01	Рыба, тушенная с овощами		90	58,31
3,71	4,62	38,90	212,05	512	Рис прилуценный		150	12,04
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок.		200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское		56	25,93
25,19	23,27	142,27	889,14					134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб								
2,45	6,74	14,39	115,71	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной		250	16,35
11,52	6,27	5,33	138,06	1070,01	Рыба, тушенная с овощами		100	74,42
4,95	6,16	51,87	282,73	512	Рис прилуценный		200	15,21
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок.		200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское		56	25,93
28,07	26,78	158,65	996,77					157,29

Технолог:

Заварова

Согласовано:
Директор ООО "КОШ № 20"

Т.А. Шипулина

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

№ п/п		Меню		ЭЦ, экв.	№ Рес.	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб								
				151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным	40	25,93
				589,87	444,01	Плов со свиной.	200	54,00
				59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
				68,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
28,26	43,22	90,42	869,32					95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб								
Завтрак								
2,50	8,18	16,55	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным	40	25,93	
28,87	42,38	60,02	737,34	444,01	Плов со свиной.	250	70,42	
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00	
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00	
Обед								
4,82	4,88	19,18	140,55	139	Суп картофельный с бобовыми	250	27,27	
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,48	
0,25	16,72	2,09	159,81	1237	Птица запеченная	100	59,85	
7,89	6,58	47,95	282,73	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	16,38	
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00	
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00	
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38	
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93	
54,46	82,73	234,04	1 920,48					269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб								
Завтрак								
2,50	8,18	16,55	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным	40	25,93	
23,09	33,90	48,01	589,87	444,01	Плов со свиной.	200	54,00	
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00	
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00	
Обед								
3,86	3,91	15,35	112,44	139	Суп картофельный с бобовыми	200	18,88	
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,48	
0,23	15,04	1,88	143,83	1237	Птица запеченная	90	48,37	
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27	
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00	
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00	
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38	
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93	
45,72	69,97	206,00	1 658,24					230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб								
3,86	3,91	15,35	112,44	139	Суп картофельный с бобовыми	200	18,88	
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,48	
0,23	15,04	1,88	143,83	1237	Птица запеченная	90	48,37	
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27	
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00	
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00	
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38	
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93	
17,46	26,75	115,58	788,92					134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб								
4,82	4,88	19,18	140,55	139	Суп картофельный с бобовыми	250	27,27	
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,48	
0,25	16,72	2,09	159,81	1237	Птица запеченная	100	59,85	
7,89	6,58	47,95	282,73	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	16,38	
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00	
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00	
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38	
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93	
20,42	31,04	131,61	903,69					157,29

Технолог:

Вавар Шипулина

Согласовано
 Директор ООО "К" А. Шипулина

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

№ п/п		Материалы		Услуги		Итого		Наименование блюда		Выход, л	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб											
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93				
12,99	19,63	0,81	231,81	891	Омлет запеченный или паровой	150	41,09				
0,24	0,03	0,78	4,19	836	Осурцы свежие порционно	30	12,91				
0,06	0,01	15,16	59,85	886	Чай с лимоном	200	10,00				
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00				
21,81	27,93	42,78	509,51								95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб											
Завтрак											
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93				
17,32	26,17	1,09	309,09	891	Омлет запеченный или паровой	200	53,28				
0,40	0,05	1,30	6,98	836	Осурцы свежие порционно	50	17,14				
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200	10,00				
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00				
Обед											
2,39	6,73	11,71	118,75	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	19,74				
18,07	10,37	4,27	183,14	437,01	Гуляш из мяса свинины	110	69,86				
7,89	6,58	47,95	282,73	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	16,38				
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00				
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00				
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38				
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93				
60,53	60,86	176,30	1 513,54								269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб											
Завтрак											
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93				
12,99	19,63	0,81	231,81	891	Омлет запеченный или паровой	150	41,09				
0,24	0,03	0,78	4,19	836	Осурцы свежие порционно	30	12,91				
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200	10,00				
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00				
Обед											
1,91	5,38	9,37	95,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	14,18				
16,43	9,43	3,88	166,49	437,01	Гуляш из мяса свинины	100	55,55				
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27				
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00				
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00				
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38				
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93				
51,95	50,36	160,79	1 322,40								230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб											
1,91	5,38	9,37	95,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	14,18				
16,43	9,43	3,88	166,49	437,01	Гуляш из мяса свинины	100	55,55				
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27				
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00				
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00				
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38				
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93				
30,11	22,42	112,91	792,94								134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб											
2,39	6,73	11,71	118,75	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	19,74				
18,07	10,37	4,27	183,14	437,01	Гуляш из мяса свинины	110	69,86				
7,89	6,58	47,95	282,73	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	16,38				
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00				
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00				
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38				
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93				
34,20	26,36	127,63	904,02								157,29

Технолог:

Завтрак

Согласовано:
 Директор МАОУ СОШ № 20
 Т.А. Шипулина

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

ЭЦ, кол		№ Рец.		Наименование блюда		Выход	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб							
3,74	4,34	38,89	207,24	874	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	28,62
0	0	14,97	59,85	971	Чай ягодный	200	10,00
5,14	9,44	42,10	275,08	956,01	Язычок слоеный	70	25,38
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93
11,55	15,52	121,55	681,17				95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб							
Завтрак							
3,93	5,43	48,62	259,05	874	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	45,04
0	0	14,97	59,85	971	Чай ягодный	200	10,00
5,14	9,44	42,10	275,08	956,01	Язычок слоеный	70	25,38
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93
Обед							
1,99	4,73	13,18	104,09	1175	Рассольник домашний со сметаной	250	20,90
0,25	16,72	2,09	159,81	1237	Птица запеченная	100	59,85
5,43	7,60	33,28	249,93	995	Пюре картофельное	200	25,23
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56	25,93
29,17	53,16	257,58	1 668,43				269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб							
Завтрак							
3,14	4,34	38,89	207,24	874	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	28,62
0	0	14,97	59,85	971	Чай ягодный	200	10,00
5,14	9,44	42,10	275,08	956,01	Язычок слоеный	70	25,38
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	25,93
Обед							
1,59	3,78	10,55	83,27	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	18,56
0,23	15,04	1,88	143,83	1237	Птица запеченная	90	48,37
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	16,07
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56	25,93
26,60	47,56	236,69	1 517,34				230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб							
1,59	3,78	10,55	83,27	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	18,56
0,23	15,04	1,88	143,83	1237	Птица запеченная	90	48,37
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	16,07
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56	25,93
15,05	32,04	115,15	836,17				134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб							
1,99	4,73	13,18	104,09	1175	Рассольник домашний со сметаной	250	20,90
0,25	16,72	2,09	159,81	1237	Птица запеченная	100	59,85
5,43	7,60	33,28	249,93	995	Пюре картофельное	200	25,23
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56	25,93
16,83	36,56	126,31	935,45				157,29

Технолог:

Завар Мусы

Согласовано
 Директор ШУ СОШ № 20
 Т.А. Шипулина

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

		ЭЦ, жил	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб						
22,98	14,56	24,93	325,73	365	Запеканка творожная	150 59,00
2,93	1,78	16,56	88,50	902	Молоко сущенное	30 5,00
3,77	3,92	15,73	114,47	919	Какао с молоком	200 10,00
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56 15,93
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25 6,00
35,05	26,60	109,77	825,12			95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб						
Завтрак						
26,74	17,48	29,91	390,87	365	Запеканка творожная	180 68,72
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сущенное	30 5,00
3,77	3,92	15,73	114,47	919	Какао с молоком	200 10,00
6,30	8,23	62,50	341,88	1141	Печенье детское	84 17,25
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25 5,38
Обед						
2,45	6,74	14,39	115,71	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250 16,35
16,79	30,14	8,65	373,02	1336,03	Мясо "Пикантное"	100 64,19
4,80	9,06	44,75	279,73	990	Рис припущенный с овощами	200 25,44
0,16	0,02	13,89	56,44	932	Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25 5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100 25,93
73,32	81,60	264,10	2 097,63			269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб						
Завтрак						
22,28	14,56	24,93	325,73	365	Запеканка творожная	150 59,00
2,13	1,50	16,56	88,50	902	Молоко сущенное	30 5,00
3,77	3,92	15,73	114,47	919	Какао с молоком	200 10,00
4,20	5,49	41,66	227,92	1141	Печенье детское	56 15,93
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25 6,00
Обед						
1,96	5,39	11,51	92,57	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200 12,65
15,11	27,13	7,78	335,72	1336,03	Мясо "Пикантное"	90 52,05
3,60	6,80	33,56	209,80	990	Рис припущенный с овощами	150 18,30
0,16	0,02	13,89	56,44	932	Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25 5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100 25,93
61,27	68,49	212,73	1 723,39			230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб						
1,96	5,39	11,51	92,57	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200 12,65
15,11	27,13	7,78	335,72	1336,03	Мясо "Пикантное"	90 52,05
3,60	6,80	33,56	209,80	990	Рис припущенный с овощами	150 18,30
0,16	0,02	13,89	56,44	932	Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25 5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100 25,93
26,22	41,89	102,96	898,28			134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб						
2,45	6,74	14,39	115,71	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250 16,35
16,79	30,14	8,65	373,02	1336,03	Мясо "Пикантное"	100 64,19
4,80	9,06	44,75	279,73	990	Рис припущенный с овощами	200 25,44
0,16	0,02	13,89	56,44	932	Компот из кураги	200 14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25 6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25 5,38
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100 25,93
29,59	48,52	117,89	1 028,65			157,29

Технолог:

Заварова Ольга

Утверждаю,

Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



Директор ООО "КОШ" 20
Т.А. Шипулина

№ п/п	Единицы измерения	ЭЦ, экв.	кв.	№ Рц.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб							
1,04	334	47,60	291,01	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	32,46
5,08	349,01	0,28	62,80	349,01	Яйцо отварное	40	16,16
0	971	14,97	59,85	971	Чай ягодный	200	10,00
2,13	1147	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
2,67	894,01	1,13	10,89	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
0,60	976,03	0,60	14,70	976,03	Фрукт	100	25,93
21,51	16,70	99,06	617,41				95,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб							
Завтрак							
13,80	334	11,18	59,50	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	250	48,88
5,08	349,01	4,60	0,28	349,01	Яйцо отварное	40	16,16
0	971	0	14,97	971	Чай ягодный	200	10,00
2,13	1147	0,83	10,63	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
2,67	894,01	1,13	10,89	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
0,60	976,03	0,60	14,70	976,03	Фрукт	100	25,93
Обед							
4,82	139	4,88	19,18	139	Суп картофельный с бобовыми	250	27,27
1,26	943	0,16	7,73	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	2,48
15,55	1054,01	12,87	15,99	1054,01	Комплекта Детская из мяса птицы	200	51,69
0,10	1126	0,85	0,79	1126	Соус томатный	20	1,26
8,86	822	6,21	40,02	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	23,28
0,32	705	0,14	18,45	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	894,01	1,13	10,89	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	1147	0,83	10,63	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
6,10	938,02	3,15	39,07	938,02	Булочка творожная	100	25,93
66,08	48,56	273,71	1 903,50				269,64
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб							
Завтрак							
11,04	334	8,94	47,60	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	32,46
5,08	349,01	4,60	0,28	349,01	Яйцо отварное	40	16,16
0	971	0	14,97	971	Чай ягодный	200	10,00
2,13	1147	0,83	10,63	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
2,67	894,01	1,13	10,89	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
0,60	976,03	0,60	14,70	976,03	Фрукт	100	25,93
Обед							
3,86	139	3,91	15,35	139	Суп картофельный с бобовыми	200	18,88
1,26	943	0,16	7,73	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	2,48
14,00	1054,01	11,58	14,39	1054,01	Комплекта Детская из мяса птицы	90	44,41
0,10	1126	0,85	0,79	1126	Соус томатный	20	1,26
6,64	822	4,66	30,02	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	15,97
0,32	705	0,14	18,45	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	894,01	1,13	10,89	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	1147	0,83	10,63	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
6,10	938,02	3,15	39,07	938,02	Булочка творожная	100	25,93
58,59	42,51	246,37	1 715,53				230,24
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб							
3,86	139	3,91	15,35	139	Суп картофельный с бобовыми	200	18,88
1,26	943	0,16	7,73	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	2,48
14,00	1054,01	11,58	14,39	1054,01	Комплекта Детская из мяса птицы	90	44,41
0,10	1126	0,85	0,79	1126	Соус томатный	20	1,26
6,64	822	4,66	30,02	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	15,97
0,32	705	0,14	18,45	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	894,01	1,13	10,89	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	1147	0,83	10,63	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
6,10	938,02	3,15	39,07	938,02	Булочка творожная	100	25,93
37,08	26,41	147,31	1 098,12				134,31
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб							
4,82	139	4,88	19,18	139	Суп картофельный с бобовыми	250	27,27
1,26	943	0,16	7,73	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	2,48
15,55	1054,01	12,87	15,99	1054,01	Комплекта Детская из мяса птицы	200	51,69
0,10	1126	0,85	0,79	1126	Соус томатный	20	1,26
8,86	822	6,21	40,02	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	23,28
0,32	705	0,14	18,45	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	894,01	1,13	10,89	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
2,13	1147	0,83	10,63	1147	Хлеб ржаной.	25	5,38
6,10	938,02	3,15	39,07	938,02	Булочка творожная	100	25,93
41,81	30,23	162,75	1 213,34				157,29

Технолог:
Заведующий

Согласовано
 Директор ООО "Комбинат общественного питания" № 20

Т.А. Шипулина

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

№		ЭЦ, экв.		№ Рец.		Наименование блюда		Выход, г		Цена, руб.	
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 95,93 руб											
2,60	8,78	35,85	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным		40	25,93			
2,60	4,48	35,08	198,36	842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		200	28,07			
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром		200	10,00			
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный		25	6,00			
0,43	0,05	43,09	176,04	1466	Зефир		54	25,93			
10,08	13,85	120,57	653,85							95,93	
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 269,64 руб											
Завтрак											
2,50	8,18	16,55	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным		40	25,93			
5,60	5,60	43,85	247,95	842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		250	44,49			
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром		200	10,00			
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный		25	6,00			
0,43	0,05	43,09	176,04	1466	Зефир		54	25,93			
Обед											
4,75	7,59	15,61	142,18	1015	Суп-лапша на курином бульоне		250	16,09			
24,42	24,89	21,23	406,80	893,01	Жаркое по-домашнему		250	89,89			
0	0	19,96	79,80	917,02	Компот из ягод		200	14,00			
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00			
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38			
6,99	4,38	46,22	252,30	948	Шаньга со сметаной		80	25,93			
52,14	53,78	253,88	1 717,77							269,64	
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 230,24 руб											
Завтрак											
2,50	8,18	16,55	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным		40	25,93			
4,48	4,48	35,08	198,36	842	Каша ячневая молочная с маслом сливочным		200	28,07			
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром		200	10,00			
0,43	0,05	43,09	176,04	1466	Зефир		54	6,00			
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный		25	25,93			
Обед											
3,80	6,07	12,49	113,74	1015	Суп-лапша на курином бульоне		200	12,93			
19,53	19,91	16,98	325,44	893,01	Жаркое по-домашнему		200	70,07			
0	0	19,96	79,80	917,02	Компот из ягод		200	14,00			
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00			
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38			
6,99	4,38	46,22	252,30	948	Шаньга со сметаной		80	25,93			
45,19	46,16	237,74	1 558,39							230,24	
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 134,31 руб											
3,80	6,07	12,49	113,74	1015	Суп-лапша на курином бульоне		200	12,93			
19,53	19,91	16,98	325,44	893,01	Жаркое по-домашнему		200	70,07			
0	0	19,96	79,80	917,02	Компот из ягод		200	14,00			
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00			
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38			
6,99	4,38	46,22	252,30	948	Шаньга со сметаной		80	25,93			
35,11	32,32	117,17	904,53							134,31	
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 157,29 руб											
4,75	7,59	15,61	142,18	1015	Суп-лапша на курином бульоне		250	16,09			
24,42	24,89	21,23	406,80	893,01	Жаркое по-домашнему		250	89,89			
0	0	19,96	79,80	917,02	Компот из ягод		200	14,00			
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.		25	6,00			
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.		25	5,38			
6,99	4,38	46,22	252,30	948	Шаньга со сметаной		80	25,93			
40,95	38,81	124,53	1 014,33							157,29	

Технолог:

Заварова Ольга

Согласовано
 Директор ООО "КОМБИНАТ
 Т.А. Чистюлина
 ИАОУ
 СОШ № 20

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

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
1,64	4,88	17,73	80,66	1039	Суп картофельный с вермишелью	200	15,82
23,09	33,90	48,01	589,87	444,01	Плов со свиной.	200	67,38
0,46	0,12	27,49	115,85	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
28,16	37,03	100,33	854,68				103,00

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
1,57	4,73	7,68	80,10	124	Щи из свежих капусты с картофелем со сметаной	190	12,47
13,51	17,12	3,09	220,48	1296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	55,30
5,72	6,03	29,48	204,24	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,23
0,16	0,02	13,89	56,44	932	Компот из фруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
23,63	29,03	65,02	629,76				103,00

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
2,11	5,13	15,01	118,94	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	23,26
7,64	17,77	10,11	232,22	1062	Тефтели мясные с рисом с соусом томатным	90/20	43,87
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	16,07
0,32	0,14	18,45	77,86	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
16,82	29,88	79,42	684,77				103,00

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
1,96	5,39	11,51	92,57	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	12,85
14,27	15,41	10,51	240,70	1161	Котлета Московская.	90	57,05
0,10	0,85	0,79	11,28	1126	Соус томатный	20	1,26
3,71	4,62	38,90	212,05	512	Рис прилуценный	150	12,04
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок.	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
22,87	27,57	96,49	724,20				103,00

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
3,86	3,91	15,35	112,44	139	Суп картофельный с бобовыми	200	18,88
1,90	0,24	11,59	56,40	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	2,48
0,23	15,04	1,88	143,83	1237	Птица запеченная	90	48,37
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27
0,17	0,07	14,58	60,45	930	Напиток Ягодный	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	887	Хлеб пшеничный	25	6,00
14,73	25,32	90,25	653,67				103,00

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
3,14	3,36	15,78	106,76	1152	Суп куриный с пшеном и яйцом	200	16,27
23,15	20,86	23,28	328,53	1071	Рагу из птицы	200	66,73
0,46	0,12	27,49	115,85	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
29,42	25,47	77,43	619,44				103,00

Технолог:

Евгений Владимирович

11.09.2023

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
7,99	9,37	95,00	1058		Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	14,18
16,43	3,43	3,88	166,49	437,01	Гуляш из мяса свиный	100	55,65
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
27,39	21,00	87,59	657,69				103,00

12.09.2023

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
1,59	3,78	10,55	83,27	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	18,58
0,23	15,04	1,88	143,83	1237	Птица запеченная	90	48,37
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Люте картофельное	150	16,07
0,17	0,07	14,38	60,45	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
8,72	25,73	62,86	543,50				103,00

13.09.2023

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
1,98	5,39	11,51	92,57	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	12,65
15,11	27,13	7,78	335,72	1336,03	Мясо "Пикантное"	90	52,05
3,60	6,80	33,56	209,80	990	Рис припущенный с овощами	150	18,30
0,18	0,02	13,89	58,44	932	Компот из кураги	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
23,50	40,47	77,64	763,03				103,00

14.09.2023

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
3,86	3,91	15,35	112,44	139	Суп картофельный с бобовыми	200	18,88
1,26	0,18	7,73	37,60	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	2,48
14,00	11,58	14,39	219,10	1054,01	Комплет Детская из мяса птицы с соусом	90	44,41
0,10	0,85	0,79	11,28	1126	Соус томатный	20	1,26
6,64	4,66	30,02	188,29	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	15,97
0,32	0,14	18,45	77,66	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
28,85	22,43	97,61	714,87				103,00

15.09.2023

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
3,80	6,07	12,49	113,74	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	12,93
19,53	19,91	16,98	325,44	893,01	Жаркое по-домашнему	200	70,07
0	0	19,96	79,80	917,02	Компот из ягод	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
26,00	27,11	60,32	587,48				103,00

16.09.2023

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Абонемент №1 103 рубля							
1,52	4,16	7,38	73,74	1048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	12,70
12,13	12,84	5,81	157,60	956	Голубцы мясные из мяса кур	90	55,77
0,10	0,85	0,79	11,28	1126	Соус томатный	20	1,26
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27
0,16	0,18	23,88	89,10	912	Компот из свежих яблок.	200	14,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
22,50	24,08	84,71	622,26				103,00