

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



Утверждаю,
 Директор
 Федерального государственного
 учреждения
 «Ю.Ю. Козырева»

МЕНЮ

08.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 понедельник							
2,38	5,25	13,14	109,62	1058	Суп Костянянский с крупой, сметаной	200	14,68
12,02	22,48	3,49	247,50	437.01	Гуляш из мяса свинины	90	63,08
5,92	4,94	35,95	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,45	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
22,80	33,04	92,28	753,69				113,00

09.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 вторник							
1,91	5,05	10,79	82,35	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	14,90
13,22	24,30	22,74	362,91	893.01	Жарков по-домашнему	200	78,10
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
17,28	29,64	60,58	576,90				113,00

10.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 среда							
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	20,90
20,98	1,45	1,88	161,63	1237	Птица запеченная	90	54,37
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,73
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из курицы	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
34,37	13,66	89,92	682,11				113,00

11.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 четверг							
4,70	4,43	17,18	125,31	1139	Суп картофельный с бобовыми	200	20,88
1,30	0,16	7,81	40,00	843	Гренич из пшеничного хлеба	10	2,48
12,44	10,30	12,79	194,76	1054.01	Котлета докторская из мяса птицы	80	53,55
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	150	13,83
0,68	0,28	25,63	120,84	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
24,61	20,58	111,78	772,83				113,00

12.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 пятница							
4,44	4,35	12,60	126,40	1015	Суп-паша на курином бульоне	200	10,80
15,70	17,12	5,40	271,03	1050	Бефстроганов	90	56,97
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Гюре картофельное	150	25,23
0,15	0,05	19,08	78,42	917.02	Компот из ягод	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
25,61	26,86	71,35	684,03				113,00

13.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 суббота							
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	21,30
10,78	11,41	5,18	140,08	866	Пшеничные лепешки из мяса кур	80	54,17
0,12	0,66	1,16	11,12	1128	Соус томатный	20	2,26
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
20,66	22,40	86,45	615,53				113,00

Технолог:

Зав. производством:

Шмулина

Согласовано:
 Директор МАОУ С/Ш № 20
 Т.А. Шкулина



Утверждаю,
 Директор
 МАОУ С/Ш № 20
 Ю.Ю. Кзыррова

МЕНЮ

08.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Ниžний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 понедельник							
2,38	5,25	13,14	105,82	1058	Суп Крестынский с крупой, сметаной	200	14,85
12,02	22,48	3,45	247,50	437.01	Гуляш из мяса свинины	90	63,08
5,92	4,94	35,96	220,42	518	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
22,80	33,04	92,28	753,69				113,00

09.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Ниžний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 вторник							
1,91	5,05	10,79	92,35	1175	Рассолник домашний со сметаной	200	14,90
13,22	24,30	22,74	362,91	893.01	Жаркое по-домашнему	200	79,10
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
17,28	29,64	60,58	576,90				113,00

10.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Ниžний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 среда							
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	20,90
20,98	1,45	1,88	181,83	1237	Птица запеченная	90	54,37
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,73
0,78	0,05	22,62	100,98	932	Компот из юрочки	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
34,37	13,66	89,92	682,11				113,00

11.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Ниžний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 четверг							
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200	20,88
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	2,48
12,44	10,30	12,79	194,78	1054.01	Котлета Детская из мяса птицы	80	63,55
0,12	0,68	1,18	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	150	13,83
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
24,61	20,58	111,78	772,83				113,00

12.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Ниžний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 пятница							
4,44	4,35	12,60	126,40	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	10,80
15,70	17,12	5,40	271,03	1050	Бефстроганов.	90	56,97
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150	25,23
0,15	0,06	19,08	78,42	917.02	Компот из ягод	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
25,61	26,86	71,35	684,03				113,00

13.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Ниžний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 суббота							
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	21,30
10,78	11,41	5,15	140,08	995	Голубцы ленивые из мяса кур	80	54,17
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
5,92	4,94	35,96	220,42	518	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,16	0,16	23,68	98,10	912	Компот из свежих яблок	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
20,66	22,40	86,46	615,53				113,00

Технолог:

Зав. производством:

Handwritten signature



МЕНЮ

08.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 99,77 руб							
						2 понедельник	
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93
20,46	24,16	3,70	314,35	891	Омлет запеченный или паровой	200	44,93
0,30	1,02	1,56	16,92	77	Икра кабачковая	30	12,91
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200	10,00
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
28,73	32,67	52,86	616,73				99,77
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 139,68 руб							
2,38	5,25	13,14	109,62	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	14,65
12,02	22,48	3,49	247,50	437,01	Гуляш из мяса свинины	90	63,08
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
25,34	33,87	112,71	865,44				139,68
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 239,45 руб							
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93
20,46	24,16	3,70	314,35	891	Омлет запеченный или паровой	200	44,93
0,30	1,02	1,56	16,92	77	Икра кабачковая	30	12,91
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200	10,00
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
28,73	32,67	52,86	616,73		Обед		
2,38	5,25	13,14	109,62	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	14,65
12,02	22,48	3,49	247,50	437,01	Гуляш из мяса свинины	90	63,08
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
25,34	33,87	112,71	865,44				239,45
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 163,58 руб							
2,97	6,56	16,43	137,03	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	19,86
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100	76,81
7,10	5,92	43,16	264,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	20,24
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
28,44	38,66	123,59	954,43				163,58
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 280,43 руб							
5,85	7,13	15,14	145,16	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	25,93
20,46	24,16	3,70	314,35	891	Омлет запеченный или паровой	200	56,53
0,60	3,50	3,70	46,50	813	Икра кабачковая пром. производства	50	13,00
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200	10,00
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	5,38
31,16	35,86	65,63	713,08		Обед		
2,97	6,56	16,43	137,03	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	19,86
13,35	24,98	3,88	275,00	437,01	Гуляш из мяса свинины	100	76,81
7,10	5,92	43,16	264,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	20,24
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
28,44	38,66	123,59	964,43				280,43

Технолог:

Зав. производством:



МЕНЮ

09.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Пищевая ценность, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 99,77 руб							
3,14	4,34	38,89	207,24	874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	38,54
0,10	0,04	14,97	59,90	971	Чай ягодный	200	10,00
4,88	2,52	31,26	254,80	938,03	Плюшка Московская с сахаром	80	25,93
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
10,55	7,15	107,12	629,44				99,77
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 139,68 руб							
1,91	5,05	10,79	92,35	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	14,90
13,22	24,30	22,74	362,91	893,01	Жаркое по-домашнему	200	78,10
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	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 (конд. изд.)	56	21,30
23,61	35,97	112,97	869,67				139,68
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 239,45 руб							
3,14	4,34	38,89	207,24	874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	36,64
0,10	0,04	14,97	59,90	971	Чай ягодный	200	10,00
4,88	2,52	31,26	254,80	938,03	Плюшка Московская с сахаром	80	25,93
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
10,55	7,15	107,12	629,44		Обед		
1,91	5,05	10,79	92,35	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	14,90
13,22	24,30	22,74	362,91	893,01	Жаркое по-домашнему	200	78,10
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	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 (конд. изд.)	56	21,30
23,61	35,97	112,87	869,57				239,45
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 163,58 руб							
2,39	6,31	13,49	115,44	1175	Рассольник домашний со сметаной	250	20,59
16,53	30,37	28,43	453,64	893,01	Жаркое по-домашнему	250	96,31
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	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 (конд. изд.)	56	21,30
27,49	43,30	121,26	983,39				163,58
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 280,43 руб							
3,93	5,43	48,62	259,05	874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	53,61
0,10	0,04	14,97	59,90	971	Чай ягодный	200	10,00
4,88	2,52	31,26	254,80	938,03	Плюшка Московская с сахаром	80	25,93
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
11,34	8,24	116,85	681,25		Обед		
2,39	6,31	13,49	115,44	1175	Рассольник домашний со сметаной	250	20,59
16,53	30,37	28,43	453,64	893,01	Жаркое по-домашнему	250	96,32
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	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 (конд. изд.)	56	21,30
27,40	43,30	121,26	983,39				280,43

Технолог: _____
 Зав. производством: _____

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



Утверждено,
 Директор
 МАОУ СОШ № 20
 Шатулина Т.А.

МЕНЮ

10.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 99,77 руб							
25,86	20,27	27,80	397,10	1574	Пудинг из творога с яблоками	190	67,47
2,37	2,61	15,32	96,30	902	Молоко стученное	30	5,00
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200	10,00
4,20	5,49	41,66	227,82	1141	Печенье детское (конд. изд.)	66	21,30
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
38,33	32,42	119,06	971,82				99,77
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 139,68 руб							
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	20,90
20,98	1,45	1,88	161,83	1237	Птица запеченная	90	54,37
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,73
0,78	0,05	22,82	100,96	932	Компот из кураги	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976.03	Фрукт	100	21,30
36,90	14,48	110,35	793,86				139,68
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 239,45 руб							
25,85	20,27	27,80	397,10	1574	Пудинг из творога с яблоками	190	67,47
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко стученное	30	5,00
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200	10,00
4,20	5,49	41,66	227,82	1141	Печенье детское (конд. изд.)	66	21,30
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
38,33	32,42	118,06	971,82		Обед		
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	20,90
20,98	1,45	1,88	161,83	1237	Птица запеченная	90	54,37
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,73
0,78	0,05	22,82	100,96	932	Компот из кураги	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976.03	Фрукт	100	21,30
36,80	14,48	110,35	793,86				239,45
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 163,58 руб							
3,79	7,42	17,34	147,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	25,89
23,32	1,62	2,09	179,81	1237	Птица запеченная	100	68,52
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	22,70
0,78	0,05	22,82	100,96	932	Компот из кураги	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976.03	Фрукт	100	21,30
41,81	17,34	121,90	889,51				163,58
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 280,43 руб							
27,22	21,34	29,26	418,00	1574	Пудинг из творога с яблоками	200	69,18
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко стученное	30	5,00
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200	10,00
6,30	8,23	62,50	341,88	1141	Печенье детское (конд. изд.)	84	21,30
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	5,38
43,82	37,08	150,99	1171,43		Обед		
3,79	7,42	17,34	147,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	25,89
23,32	1,62	2,09	179,81	1237	Птица запеченная	100	68,52
9,06	7,17	47,22	288,95	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	22,70
0,78	0,05	22,82	100,96	932	Компот из кураги	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894.01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976.03	Фрукт	100	21,30
41,51	17,34	121,90	889,51				280,43

Технолог:

Шатулина Т.А.

Зав. производством:



МЕНЮ

11.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 99,77 руб							
11,04	8,94	47,60	291,01	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	36,84
4,06	4,00	0,22	50,24	349,01	Яйцо отварное шт	40	20,25
0,10	0,04	14,97	59,90	971	Чай ягодный	200	10,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
19,76	14,06	95,42	573,40			100	99,77
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 139,68 руб							
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200	20,88
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Грени из пшеничного хлеба	10	2,48
14,00	11,58	14,39	219,10	1054,01	Котлета Детская из мяса птицы	90	74,85
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	150	13,83
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
28,31	22,69	124,01	861,92				139,68
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 239,45 руб							
11,04	8,94	47,60	291,01	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	36,84
4,06	4,00	0,22	50,24	349,01	Яйцо отварное шт	40	20,25
0,10	0,04	14,97	59,90	971	Чай ягодный	200	10,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
19,76	14,06	95,42	573,40		Обед		
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200	20,88
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Грени из пшеничного хлеба	10	2,48
14,00	11,58	14,39	219,10	1054,01	Котлета Детская из мяса птицы	90	74,85
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	150	13,83
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
28,31	22,69	124,01	861,92				239,45
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 163,58 руб							
5,88	5,53	21,48	156,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250	25,67
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Грени из пшеничного хлеба	10	2,48
15,55	12,87	15,99	243,45	1054,01	Котлета Детская из мяса птицы	100	88,85
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	18,94
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
31,70	25,98	136,91	861,79				163,58
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 280,43 руб							
13,60	11,18	59,50	363,77	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	250	53,81
4,06	4,00	0,22	50,24	349,01	Яйцо отварное шт	40	20,25
0,10	0,04	14,97	59,90	971	Чай ягодный	200	10,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,60	0,60	14,70	70,50	976,03	Фрукт	100	21,30
22,72	16,80	112,22	669,86		Обед		
5,88	5,53	21,48	156,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250	25,67
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Грени из пшеничного хлеба	10	2,48
15,55	12,87	15,99	243,45	1054,01	Котлета Детская из мяса птицы	100	88,85
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
4,01	5,40	42,01	264,60	512	Рис припущенный	180	18,94
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
31,70	25,98	136,91	861,70				280,43

Технолог:

Зав. производством:

Сотрещено:
 Директор МАОУ СОШ № 20
 Т.А. Шмулина



МЕНЮ

12.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 99,77 руб							
2 пятница							
2,50	8,18	16,55	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным	40	15,93
4,48	4,48	35,09	199,36	842	Каша овсяная молочная вязкая с маслом сливочным	200	36,35
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
0,43	0,05	43,09	176,04	1486	Зефир	54	31,49
2,03	0,25	12,20	80,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
9,44	12,96	121,89	645,85				99,77
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 139,68 руб							
4,44	4,35	12,60	126,40	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	10,80
15,70	17,12	5,40	271,03	1050	Бифстроганов	90	56,97
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150	25,23
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	14,00
2,03	0,25	12,20	80,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
28,14	27,69	91,78	795,78				139,68
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 239,45 руб							
2,50	8,18	16,55	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным	40	15,93
4,48	4,48	35,09	199,36	842	Каша овсяная молочная вязкая с маслом сливочным	200	36,35
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
0,43	0,05	43,09	176,04	1486	Зефир	54	31,49
2,03	0,25	12,20	80,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
9,44	12,96	121,89	645,85		Обед		
4,44	4,35	12,60	126,40	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	10,80
15,70	17,12	5,40	271,03	1050	Бифстроганов	90	56,97
3,29	5,08	22,09	147,68	995	Пюре картофельное	150	25,23
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	14,00
2,03	0,25	12,20	80,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
28,14	27,69	91,78	795,78				239,45
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 163,58 руб							
5,55	5,44	15,75	158,00	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	13,03
17,45	19,02	6,00	301,15	1050	Бифстроганов	100	72,02
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180	31,85
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	14,00
2,03	0,25	12,20	80,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
31,66	31,69	99,95	887,03				163,58
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 280,43 руб							
2,50	8,18	16,55	151,10	808	Бутерброд с маслом сливочным	40	15,93
5,60	5,60	43,85	247,95	842	Каша овсяная молочная вязкая с маслом сливочным	250	53,42
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,03	0,25	12,20	80,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
0,43	0,05	43,09	176,04	1486	Зефир	54	31,49
10,58	14,08	130,66	695,44		Обед		
5,55	5,44	15,75	158,00	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	13,04
17,45	19,02	6,00	301,15	1050	Бифстроганов	100	72,02
3,95	6,09	26,51	177,21	995	Пюре картофельное	180	31,85
0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200	14,00
2,03	0,25	12,20	80,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной	25	5,38
0,40	0,00	9,80	47,00	976,03	Фрукт	100	21,30
31,66	31,69	99,95	887,03				280,43

Технолог:

Зав. производством:

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



МЕНЮ

22.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 понедельник							
2,38	5,25	13,14	109,62	1058	Суп Крестынский с крупой, сметаной	200	14,65
12,02	22,48	3,49	247,50	437,01	Гуляш из мяса свинины	90	63,08
5,92	4,54	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
22,80	33,04	92,28	753,69				113,00

23.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 вторник							
1,91	5,05	10,79	92,35	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	14,90
13,22	24,30	22,74	362,91	893,01	Жаркое по-домашнему	200	78,10
0,12	0,05	14,65	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
17,28	29,64	40,58	576,90				113,00

24.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 среда							
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	20,90
20,98	1,45	1,88	161,83	1237	Птица злеченная	90	54,37
7,55	5,97	35,35	240,79	996	Каша гречневая рассычатая	150	17,73
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
34,37	13,66	89,92	682,11				113,00

25.01.2024

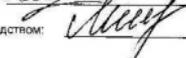
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 четверг							
4,70	4,43	17,18	125,31	1139	Суп картофельный с бобовыми	200	20,88
1,30	0,16	7,81	40,09	943	Гречка из пшеничного хлеба	10	2,48
12,44	10,30	12,79	194,78	1054,01	Котлета Дегская из мяса птицы	80	63,55
0,12	0,06	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис прилушденный	150	13,83
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
24,61	20,58	111,78	772,83				113,00

26.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 пятница							
4,44	4,35	12,60	126,40	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	10,80
15,70	17,12	5,40	271,03	1050	Бифстроганов.	90	56,97
3,29	5,08	22,06	147,68	995	Пюре картофельное	150	25,23
0,15	0,06	19,06	76,42	917,02	Компот из ягод	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
25,61	25,85	71,35	684,03				113,00

27.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
2 суббота							
1,65	4,98	8,08	84,31	124	Щи из свежих капусты с картофелем со сметаной	200	21,30
10,78	11,41	5,16	140,08	966	Голубцы ленивые из мяса кур	80	64,17
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,16	0,18	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
20,66	22,40	86,45	615,53				113,00

Технолог: 
 Зая. производством: 

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



Утверждаю,
 Директор
 ООО «Искра» «Общественного питания»
 О. Ю. Козырева

МЕНЮ

15.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
1 понедельник							
1,94	1,88	13,95	80,66	1039	Суп с вермишелью	200	21,30
12,47	23,58	47,18	450,85	444,01	Плов со свиной	200	71,70
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
16,89	25,80	100,81	707,66				113,00

16.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
1 вторник							
1,55	4,98	8,08	84,31	124	Шо из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	21,30
12,45	12,82	4,28	150,19	1087	Кнели куриные паровые	70	44,21
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	20	2,26
3,29	5,08	22,09	147,58	595	Пюре картофельное	150	25,23
0,78	0,05	22,62	100,98	932	Компот из кураги	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
20,48	24,19	70,61	559,46				113,00

17.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
1 среда							
2,11	5,13	15,01	118,94	1030	Рассольник пеннградский со сметаной	200	16,42
11,21	11,20	11,07	191,28	907	Тфтели мясные с луком	80	55,75
0,12	0,88	1,15	11,12	125	Соус томатный	20	2,26
7,55	5,97	39,35	240,79	998	Каши гречневая рассыпчатая	150	18,57
0,68	0,28	25,83	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
23,70	23,50	104,42	743,27				113,00

18.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
1 четверг							
3,03	5,93	13,87	118,03	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	29,90
15,97	19,97	17,25	313,04	1072	Рагу из птицы с соусом красным	200	72,10
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
21,18	26,31	67,21	590,67				113,00

19.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
1 пятница							
4,70	4,43	17,18	125,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200	20,88
1,94	0,24	11,71	60,00	943	Грени из пшеничного хлеба	15	2,48
20,98	1,45	1,88	161,83	1237	Птица запеченная	90	54,37
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
35,69	11,35	93,79	689,20				113,00

20.01.2024

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб							
1 суббота							
3,35	3,43	18,54	110,66	1152	Суп ухляный с пшеном и яйцом	200	16,03
10,72	21,45	5,27	258,25	1027	Биточек "Удальский" мико-капустный	80	63,14
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис прилушечный	150	13,83
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
19,90	29,75	96,51	765,96				113,00

Технолог:

Зав. производством:

(Handwritten signatures)