

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

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

1 понедельник

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
0,24	0,03	3,78	16,52	836	Огурцы свежие порционно	30
20,22	22,54	5,13	304,80	891	Омлет запеченный или паровой	200
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,25	0,87	15,42	78,60	693	Батон	30
22,77	23,45	39,49	459,77			

Технолог:

1 вторник

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
47,43	42,27	274,36	394,90	302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	220
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный	200
3,35	6,67	18,21	146,28	1707	Блинчики	100
0,43	0,03	3,11	14,42	82	Джем	30
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
53,34	49,26	320,86	676,00			

Технолог:

1 среда

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
13,33	14,93	26,53	361,59	1066,01	Сырники	160
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко сгущенное	30
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
21,60	21,59	75,13	708,39			

Технолог:

1 четверг

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
4,92	4,93	38,58	218,20	842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	220
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
6,83	6,39	232,04	1 028,22	677,08	Слойка с клубникой	70
13,88	11,61	295,79	1 366,82			

Технолог:

1 пятница

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
13,72	25,91	51,90	495,93	444,01	Плов со свиной	220
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
15,74	26,16	79,07	616,28			

Технолог:

1 суббота

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
5,61	7,05	34,85	226,19	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220
0,41	0,38	13,92	61,69	677,22	Слойка с вишней	70
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
8,10	7,69	76,14	408,24			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

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

2 понедельник

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
0,36	2,10	2,22	29,10	813	Икра кабачковая пром.производства	30
20,22	22,54	5,13	304,80	891	Омлет запеченный или паровой	200
0,09	0,01	20,26	79,80	483	Чай с лимоном	200
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
23,34	25,77	38,49	482,20			

Технолог:

2 вторник

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
3,14	4,34	38,89	207,23	874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный	200
3,35	6,67	18,21	146,28	1707	Блинчики	100
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко сгущенное	30
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
11,64	14,79	97,27	578,22			

Технолог:

2 среда

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
17,60	17,03	31,86	361,59	1066,02	Сырники с яблоком	160
2,37	2,61	16,32	96,30	902	Молоко сгущенное	30
3,87	3,80	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
26,52	24,56	79,13	716,39			

Технолог:

2 четверг

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
17,71	13,33	47,60	291,01	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200
4,06	4,00	0,22	50,24	349,01	Яйцо отварное	40
0,10	0,04	12,97	59,90	971	Чай ягодный	200
2,13	0,83	10,63	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
26,02	18,45	83,62	526,40			

Технолог:

2 пятница

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
4,48	4,48	35,08	198,36	842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200
4,14	4,31	29,44	173,02	450,05	Маффин в ассортименте	40
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
11,29	9,91	90,36	499,73			

Технолог:

2 суббота

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
----------	---------	----------	----------	--------	-------------------	----------

Нижний Тагил ШУ завтрак род плата 80 руб						
43,12	38,43	249,42	359,00	302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	200
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
0,41	0,38	13,92	61,69	677,22	Слойка с вишней	70
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
45,61	39,07	290,70	541,04			

Технолог:
