

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

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

1 понедельник

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
12,47	23,56	47,18	450,85	444,01	Плов со свиной	200
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	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
21,78	30,32	318,91	1 655,22			

Технолог:

1 вторник

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
12,45	12,82	4,28	150,19	1087	Кнели куриные паровые	70
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	20
3,31	5,84	22,17	155,01	995	Пюре картофельное	150
0,05	0	23,00	92,50	1318	Кисель витаминизированный	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
4,14	4,31	29,44	173,02	450,05	Маффин в ассортименте	40
22,26	24,24	92,44	647,03			

Технолог:

1 среда

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
11,19	9,85	1,86	101,12	1436,01	Митболы	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
7,55	5,97	39,35	240,83	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
6,70	2,54	43,39	223,11	772,01	Булочка с маком	75
28,26	19,55	123,58	757,33			

Технолог:

1 четверг

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
15,97	19,97	17,25	313,04	1072	Рагу из птицы с соусом красным	200
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
4,14	4,31	29,44	173,02	450,05	Маффин в ассортименте	40
22,29	24,69	82,77	645,66			

Технолог:

1 пятница

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
20,98	1,45	1,88	161,83	1237	Птица запеченная	90
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25
6,83	6,39	232,04	1 028,22	677,09	Слойка с вареной сгущенкой	70
36,52	13,96	295,61	1 540,11			

Технолог:

1 суббота

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

Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
10,72	21,45	5,27	258,25	1027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	80
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
5,49	5,14	186,46	826,25	677,23	Улитка с шоколадом	75
22,04	31,45	266,43	1 481,15			

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 Абонемент род плата 113 руб						
15,49	24,15	13,25	335,46	1061,03	Фрикадельки "Наполи"	90
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,46	0,12	27,49	115,65	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
0,41	0,38	13,92	61,69	677,22	Слойка с вишней	70
24,30	29,84	102,82	793,72			

Технолог:

2 вторник

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
13,22	24,30	22,74	362,91	893,01	Жаркое по-домашнему	200
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
4,14	4,31	29,44	173,02	450,05	Маффин в ассортименте	40
19,51	28,91	79,23	657,57			

Технолог:

2 среда

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
20,98	1,45	1,88	161,83	1237	Птица запеченная	90
7,55	5,97	39,35	240,83	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,78	0,05	22,62	100,96	932	Компот из кураги	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
5,49	5,14	186,46	826,25	677,23	Улитка с шоколадом	75
36,83	12,86	262,51	1 390,37			

Технолог:

2 четверг

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
17,76	9,33	8,06	188,04	1633,99	Чикенбол с молочным соусом	80
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	150
0,68	0,28	25,63	120,64	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
5,93	7,05	41,78	193,35	450,04	Булочка с посыпкой	75
31,76	21,66	134,87	843,53			

Технолог:

2 пятница

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
12,02	22,48	3,49	247,50	437,01	Гуляш из мяса свинины	90
3,31	5,84	22,17	155,01	995	Пюре картофельное	150

0,15	0,06	19,06	78,42	917,02	Компот из ягод	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
6,70	2,54	43,39	223,11	772,01	Булочка с маком	75
24,20	31,17	100,31	764,54			

Технолог:

2 суббота

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 113 руб						
10,78	11,41	5,16	140,10	966	Голубцы ленивые из мяса кур	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
5,92	4,94	35,96	220,42	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25
4,14	4,31	29,44	173,02	450,05	Маффин в ассортименте	40
23,15	21,73	107,80	704,25			

Технолог:
