



Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 10
 Т.А.Лекинская



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

МЕНЮ

13.01.2025

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 понедельник							
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 120 руб							
12,47	23,56	47,18	450,85	444,01	Плов со свиной	200	78,70
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
6,04	9,00	49,48	315,20	769	Булочка домашняя	80	21,30
21,00	32,93	136,35	942,20				120,00

14.01.2025

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 вторник							
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 120 руб							
12,45	12,82	4,28	150,19	1087	Кнели куриные паровые	70	51,21
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	20	2,26
3,31	5,84	22,17	155,01	995	Пюре картофельное	150	25,23
0,05	0	23,00	92,50	1318	Кисель витаминизированный	200	14,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	6,00
5,14	2,00	45,81	218,20	1462,02	Булочка с маковой начинкой	80	21,30
23,26	21,93	108,81	692,22				120,00

15.01.2025

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 среда							
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 120 руб							
11,19	9,85	1,86	101,12	1436,01	Митболы	80	58,71
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20	2,26
7,55	5,97	39,35	240,83	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,73
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
5,42	13,00	38,20	280,50	956,01	Язычок слоеный	75	21,30
26,99	30,01	118,40	814,71				120,00

16.01.2025

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 четверг							
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 120 руб							
15,97	19,97	17,25	313,04	1072	Рагу из птицы с соусом красным	200	78,70
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
4,01	5,00	37,00	207,10	1182,03	Манник на кефире	60	21,30
22,17	25,38	90,33	679,74				120,00

17.01.2025

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 пятница							
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 120 руб							
20,98	1,45	1,88	161,83	1237	Птица запеченная	90	61,37
6,47	3,26	38,71	212,74	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	15,27
0,12	0,05	14,85	61,14	930	Напиток Ягодка	200	14,00
2,68	1,13	10,88	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
5,88	14,00	46,07	251,80	770	Булочка дорожная	80	23,36
36,13	19,89	112,39	756,01				120,00

18.01.2025

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 суббота							
Нижний Тагил ШУ Абонемент род плата 120 руб							
10,72	21,45	5,27	258,25	1027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	80	70,14
3,35	4,50	35,01	220,50	512	Рис припущенный	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
5,14	9,00	42,10	275,10	942,07	Слойка со сгущенкой	70	16,03
21,70	35,32	122,07	930,00				120,00

Технолог:

Зав. производством: