

Согласовано:
 Директор образовательного учреждения



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

1 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,73	4,56	4,82	62,93	814	Икра овощная морковная	60
1,47	4,59	8,29	80,75	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
12,68	12,04	13,67	211,09	1054,01	Котлета куриная с соусом сметанным	100
0,24	1,74	0,88	16,33	600	Соус сметанный	20
3,21	6,53	21,22	167,26	959	Рагу из овощей	150
0,32	1,56	23,95	97,38	928	Компот из смеси сухофруктов	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
22,46	31,63	96,88	743,59			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



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

2 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,86	3,66	4,01	52,67	1228	Салат из отварной свеклы с огурцами солеными и растительным маслом	60
1,52	4,16	7,38	73,74	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
11,97	6,36	0,32	106,58	1060	Шницель куриный с соусом красным основным	100
4,43	5,12	24,89	163,34	911,01	Каша перловая с овощами	150
0,20	0,06	26,00	106,25	916	Кисель из ягод	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
22,79	19,97	86,65	620,43			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
О.Ю. Козырева

3 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
1,14	5,34	4,62	71,40	813	Икра кабачковая пром.производства	60
2,32	2,40	16,46	96,90	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
10,50	6,61	0,09	102,06	1069	Суфле из рыбы	90
7,76	6,63	40,06	262,45	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,02	0,10	0,13	1,49	901	Соус красный основной	20
0,14	0,14	21,49	89,19	390	Компот из свежих яблок	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
25,69	21,83	106,90	741,34			

Технолог

Согласовано.
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
ООО «Комбинат общественного питания»
О. Ю. Козырева

4 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,83	0,65	6,72	36,80	1163	Салат из моркови с растительным маслом	60
4,33	4,38	17,23	126,22	139	Суп картофельный с бобовыми	200
7,74	7,11	7,15	120,67	967	Голубцы мясные ленивые с соусом сметанным	100
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,29	0,13	22,00	91,44	705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
22,92	17,82	113,11	705,03			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
ООО «Комбинат общественного питания»
Ю. Козырева

5 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,93	3,05	5,41	53,84	21,01	Салат из белокачанной капусты с яблоками	60
1,82	4,30	13,54	100,76	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200
1,33	4,70	6,10	156,86	1195	Тефтели мясные с рисом с томатным соусом	100
3,67	3,24	14,78	104,78	999	Капуста тушеная	150
0,29	0,13	22,00	91,44	705	Напиток из плодов шиповника	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
11,85	16,03	85,88	625,53			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

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



6 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,89	5,03	5,19	69,54	20	Свекла отварная с маслом растительным	60
3,72	2,45	15,91	101,65	1017,01	Суп картофельный с рыбой	200
16,11	11,90	4,78	191,17	1296	Фрикасе из курицы со сметанным соусом	100
3,71	4,62	38,90	212,05	512	Рис припущенный	150
0,18	0,04	23,16	94,70	925	Напиток апельсиновый	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
28,42	24,65	111,99	786,96			

Технолог

A handwritten signature in blue ink, likely belonging to the technologist mentioned in the text above.

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



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

7 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
1,23	3,82	7,45	69,52	1187	Салат из кукурузы (консервированной)	60
4,33	4,38	17,23	126,22	139	Суп картофельный с бобовыми	200
1,20	0,13	7,75	37,01	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
21,53	28,97	36,93	494,71	1075	Плов из птицы	200
0,16	0,05	22,98	93,74	930	Напиток Ягодка из свежих ягод	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
32,26	37,96	116,39	939,05			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



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

8 день

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
1,14	5,34	4,62	71,40	813	Икра кабачковая пром.производства	60
2,30	2,63	18,92	109,35	1033	Свекольник со сметаной	200
3,07	8,59	11,71	136,69	860,01	Котлета мясная с картофелем с соусом сметанным	100
3,67	3,24	14,78	104,78	999	Капуста тушеная	150
0,29	0,13	22,00	91,44	705	Напиток из плодов шиповника	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
14,28	20,54	96,08	631,51			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

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



9 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,73	4,56	4,82	62,93	814	Икра овощная морковная	60
17,44	1,10	11,01	124,07	181	Уха с крупой перловой	200
3,06	0,21	27,29	328,53	1071	Рагу из мяса кур	200
0,32	1,56	23,95	97,38	928	Компот из смеси сухофруктов	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
25,36	8,04	91,12	730,76			

Технолог:



Согласовано:
Директор образовательного учреждения

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



10 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,81	3,70	4,61	55,46	951	Винегрет овощной	60
2,35	4,70	11,21	96,51	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200
18,32	12,69	2,09	196,13	1028	Колбаски витаминные	90
20,92	11,18	46,50	377,14	1189	Пюре гороховое	150
0,18	0,02	15,32	62,23	932	Компот из кураги	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
46,39	32,90	103,78	905,32			

Технолог

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

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



11 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,48	0,06	1,56	8,40	836	Огурцы свежие порционно	60
1,80	4,28	11,94	125,38	1175	Рассольник домашний со сметаной	200
9,74	7,07	6,51	129,57	1086	Котлеты рыбные запеченные с маслом	90
3,03	4,01	29,60	168,60	518	Картофель отварной	150
0,29	0,13	22,00	91,44	705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	180
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,83	0,36	11,97	59,10	1186	Хлеб ржаной	30
19,15	16,16	95,66	641,24			

Технолог



Согласовано:
Директор образовательного учреждения



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

12 День

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 79,64						
0,66	0,12	2,28	14,40	835	Помидоры порционно	60
0,22	0,24	1,63	89,35	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200
15,81	10,21	5,31	177,41	1076	Печень по-строгановски	100
2,52	3,28	24,57	139,52	995	Пюре картофельное	150
0,14	0,02	24,43	101,20	699	Напиток лимонный	200
1,98	0,25	12,08	58,75	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25
1,47	0,24	11,11	52,50	1147	Хлеб ржано-пшеничный	25
22,80	14,36	81,41	633,13			

Технолог: