



МЕНЮ

14.11.2022

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб. |
|---|---------|-------------|----------|--------|--------------------------------------|----------|------------|
| 2 ПОНИДЕЛЬНИК | | | | | | | |
| Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 147,49 руб | | | | | | | |
| 3,75 | 2,57 | 12,31 | 88,35 | 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 23,51 |
| 12,99 | 19,63 | 0,81 | 231,81 | 891 | Омлет запеченный или паровой | 150 | 37,49 |
| 0,06 | 0,01 | 15,16 | 59,85 | 686 | Чай с лимоном | 200 | 7,00 |
| 1,65 | 0,30 | 8,35 | 52,50 | 1147 | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 |
| 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 976,03 | Фрукт | 100 | 12,83 |
| 18,85 | 22,91 | 46,43 | 479,51 | | | | |
| обед | | | | | | | |
| 1,91 | 5,38 | 9,37 | 95,00 | 1058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200 | 7,30 |
| 15,31 | 19,56 | 11,16 | 202,56 | 1105 | Гуляш из курицы | 90 | 40,79 |
| 6,71 | 5,59 | 44,76 | 240,32 | 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 170 | 23,64 |
| 0,46 | 0,12 | 26,50 | 96,20 | 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 7,00 |
| 1,32 | 0,17 | 8,05 | 39,17 | 894,01 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,10 |
| 1,65 | 0,30 | 8,35 | 52,50 | 1147 | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 |
| 27,36 | 31,12 | 108,19 | 725,75 | | | | 147,49 |
| Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 82,83 руб | | | | | | | |
| 3,75 | 2,57 | 12,31 | 88,35 | 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 23,51 |
| 12,99 | 19,63 | 0,81 | 231,81 | 891 | Омлет запеченный или паровой | 150 | 37,49 |
| 0,06 | 0,01 | 15,16 | 59,85 | 686 | Чай с лимоном | 200 | 7,00 |
| 1,65 | 0,30 | 8,35 | 52,50 | 1147 | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 |
| 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 976,03 | Фрукт | 100 | 12,83 |
| 18,85 | 22,91 | 46,43 | 479,51 | | | | 82,83 |
| Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 82,83 руб | | | | | | | |
| 1,91 | 5,38 | 9,37 | 95,00 | 1058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200 | 7,30 |
| 15,31 | 19,56 | 11,16 | 202,56 | 1105 | Гуляш из курицы | 90 | 40,79 |
| 6,71 | 5,59 | 44,76 | 240,32 | 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 170 | 23,64 |
| 0,46 | 0,12 | 26,50 | 96,20 | 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 7,00 |
| 1,32 | 0,17 | 8,05 | 39,17 | 894,01 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,10 |
| 1,65 | 0,30 | 8,35 | 52,50 | 1147 | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 |
| 27,36 | 31,12 | 108,19 | 725,75 | | | | 82,83 |
| Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 175,27 руб | | | | | | | |
| 3,75 | 2,57 | 12,31 | 88,35 | 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 23,51 |
| 17,32 | 26,17 | 1,09 | 309,09 | 891 | Омлет запеченный или паровой | 200 | 53,65 |
| 0,06 | 0,01 | 15,16 | 59,85 | 686 | Чай с лимоном | 200 | 7,00 |
| 1,65 | 0,30 | 8,35 | 52,50 | 1147 | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 |
| 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 976,03 | Фрукт | 100 | 12,83 |
| 23,18 | 29,45 | 46,71 | 556,79 | | | | |
| обед | | | | | | | |
| 2,39 | 6,73 | 19,11 | 161,40 | 1058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 250 | 8,13 |
| 17,02 | 21,74 | 18,51 | 225,07 | 1105 | Гуляш из курицы | 100 | 53,49 |
| 8,29 | 6,91 | 53,34 | 296,87 | 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 210 | 26,27 |
| 0,46 | 0,12 | 26,50 | 96,20 | 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 7,00 |
| 1,32 | 0,17 | 8,05 | 39,17 | 894,01 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,10 |
| 1,65 | 0,30 | 8,35 | 52,50 | 1147 | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 |
| 31,13 | 35,97 | 133,86 | 871,21 | | | | 175,27 |
| Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 98,99 руб | | | | | | | |
| 2,39 | 6,73 | 19,11 | 161,40 | 1058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 250 | 8,13 |
| 17,02 | 21,74 | 18,51 | 225,07 | 1105 | Гуляш из курицы | 100 | 53,49 |
| 8,29 | 6,91 | 53,34 | 296,87 | 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 210 | 26,27 |
| 0,46 | 0,12 | 26,50 | 96,20 | 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 7,00 |
| 1,32 | 0,17 | 8,05 | 39,17 | 894,01 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,10 |
| 1,65 | 0,30 | 8,35 | 52,50 | 1147 | Хлеб ржаной | 25 | 2,00 |
| 31,13 | 35,97 | 133,86 | 871,21 | | | | 98,99 |

технолог: _____
ав. производством: _____