

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 90
 _____ Н.Г. Манишина

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

МЕНЮ

20.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 понедельник							
Абонемент №2 80 рублей							
23,09	33,90	48,01	589,87	444,01	Плов со свининой.	200	57,38
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
4,53	5,13	36,85	148,88	775	Булочка российская	60	6,62
30,29	40,17	110,72	867,10				80,00

21.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 вторник							
Абонемент №2 80 рублей							
9,46	11,98	2,16	154,34	1296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	40,30
5,72	6,03	29,48	204,24	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,23
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
4,41	10,70	34,55	188,88	770	Булочка дорожная.	60	8,47
22,26	29,85	92,05	675,81				80,00

22.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 среда							
Абонемент №2 80 рублей							
5,97	14,01	8,04	183,12	1062	Тефтели мясные с рисом с соусом томатным	70/20	34,07
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	16,07
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
8,83	7,38	18,76	137,72	14506,01	Пицца с картошкой	70	13,86
21,54	28,23	77,61	636,64				80,00

23.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 четверг							
Абонемент №2 80 рублей							
11,10	11,99	8,18	187,21	1161	Котлета Московская.	70	42,10
0,10	0,85	0,79	11,28	1126	Соус томатный	20	1,26
3,71	4,62	38,90	212,05	512	Рис припущенный	150	12,04
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
5,16	3,98	35,41	196,79	934	Булочка "Веснушка"	60	8,60
22,74	22,57	109,14	735,68				80,00

24.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 пятница							
Абонемент №2 80 рублей							
0,20	13,37	1,67	127,85	1237	Птица запеченная	80	42,13
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	897	Хлеб пшеничный	25	6,00
3,86	1,25	34,36	162,13	1462,02	Булочка с маковой начинкой	60	8,60
12,64	20,69	97,85	630,37				80,00

25.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
1 суббота							
Абонемент №2 80 рублей							
23,15	20,86	23,28	328,53	1071	Рагу из птицы	200	46,73
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
5,25	4,02	28,10	168,89	738,1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой	80	17,27
31,07	26,01	77,24	625,77				80,00

Технолог: _____

Зав. производством: _____

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 90
 _____ Н.Г. Манишина

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

МЕНЮ

27.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
2 понедельник							
Абонемент №2 80 рублей							
11,50	6,60	2,71	116,54	437,01	Гуляш из мяса свинины	70	42,26
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
4,41	10,70	34,55	188,88	770	Булочка дорожная.	60	8,47
24,50	23,37	99,08	645,82				80,00

28.02.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
2 вторник							
Абонемент №2 80 рублей							
0,20	13,37	1,67	127,85	1237	Птица запеченная	80	41,31
4,08	5,70	24,96	187,45	995	Пюре картофельное	150	16,07
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
4,53	5,13	36,85	148,88	775	Булочка российская	60	6,62
11,47	25,34	89,34	592,53				80,00

01.03.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
2 среда							
Абонемент №2 80 рублей							
11,75	21,10	6,05	261,11	1336,03	Мясо "Пикантное"	70	46,10
3,60	6,80	33,56	209,80	990	Рис припущенный с овощами	150	18,30
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	1,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
3,86	1,25	34,36	162,13	1462,02	Булочка с маковой начинкой	60	8,60
21,88	30,27	99,83	761,39				80,00

02.03.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
2 четверг							
Абонемент №2 80 рублей							
10,89	9,01	11,19	170,41	1054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	34,41
0,10	0,85	0,79	11,28	1126	Соус томатный	20	1,26
6,64	4,66	30,02	188,29	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	15,97
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
3,66	1,89	23,44	191,10	938,02	Булочка творожная	60	12,36
23,96	17,54	91,30	689,43				80,00

03.03.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
2 пятница							
Абонемент №2 80 рублей							
19,53	19,91	16,98	325,44	893,01	Жаркое по-домашнему	200	50,07
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
6,99	4,38	46,22	252,30	948	Шаньга со сметаной	80	13,93
29,19	25,43	89,06	706,09				80,00

04.03.2023

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
2 суббота							
Абонемент №2 80 рублей							
9,44	9,98	4,52	122,57	966	Голубцы ленивые из мяса кур	70	40,87
0,10	0,85	0,79	11,28	1126	Соус томатный	20	1,26
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	13,27
0	0	14,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	10,00
2,67	1,13	10,89	68,50	894,01	Хлеб пшеничный.	25	6,00
5,16	3,98	35,41	196,79	934	Булочка "Веснушка"	60	8,60

23,28	20,88	102,54	671,04				80,00
-------	-------	--------	--------	--	--	--	-------

Технолог: _____

Зав. производством: _____