

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.О. Козырева

26.01.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецеп	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жир г	Углев г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,81	6	20,18	160,2
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	11	3,26	152,6
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
Итого за Завтрак		525	19,78	19	81,62	547,1
Обед						
1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свининой	230	18,51	42	56,1	588,2
14 53 9 27 894,0	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8
1	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		686	28,41	49	99,24	862,3
Итого за день		1 211	48,19	68	180,86	1 409,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Козырева

27.01.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецеп	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жир г	Углев о-ды	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,0 5	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,18	6	34,85	215,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
894,0 1	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		500	11,53	18	81,25	559,8
Обед						
1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
1 308, 02	Биточек куриный	90	16,74	18	4,41	191,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
894,0 1	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		701	31,57	31	104,45	756,6
Итого за день		1 201	43,1	49	185,7	1 316,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

И.О. Козырева

28.01.2026

28.01.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецеп	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жир г	Углев о-ды	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 312	Булочка школьная с сахарной пудрой	60	0,05		13,54	53,3
894,0 1	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		500	10,02	9	77,85	435,3

Обед						
1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027, 13	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
894,0 1	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		706	31,45	29	119,67	847,7
Итого за день		1 206	41,47	38	197,52	1 283

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.И. Козырева

29.01.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецеп	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жир г	Углев о-ды	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,73	6	27,06	190
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		550	11,81	11	66,71	448,9

Обед						
1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319, 01	Шницель из мяса птицы	90	33,04	6	19,99	150,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,0 1	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		706	42,41	22	89,63	583,6
Итого за день		1 256	54,22	33	156,34	1 032,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.В. Козырева

30.01.2026

30.01.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецеп	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жир г	Углев о-ды	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	210	6,31	8	26,49	210,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,0	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Завтрак		470	10,04	20	63,13	506,4
Обед						
1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,7
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		706	29,47	19	104,58	710
Итого за день		1 176	39,51	39	167,71	1 216,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

02.02.2026

02.02.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
--------------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,62	6	31,68	195,6
1 141,09	Печенье детское	60	4,5	6	34	244,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		500	13,36	12	101,2	600,4

Обед

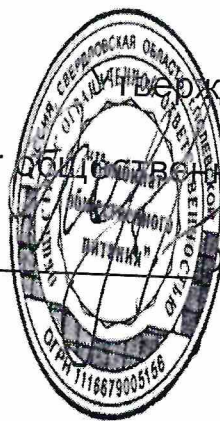
1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,06	113,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,13	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		701	32,91	19	124,3	811,5
Итого за день		1 201	46,27	31	225,5	1 411,9

Согласовано:



ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



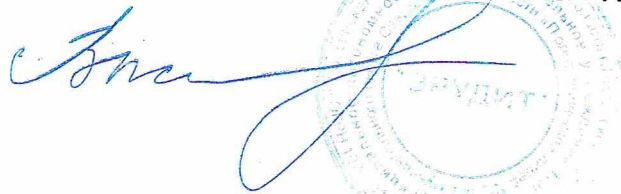
03.02.2026

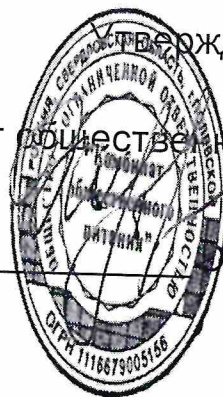
03.02.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептур ы	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	8	33,6	240
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 046	Бутерброд с повидлом	60	3,22	1	33,29	155
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6
Итого за Завтрак		500	14,7	11	116,21	572,4
Обед						
1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,82	5	11,08	96,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	Плов с мясом птицы	250	15,72	15	48,42	386,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		706	23,2	22	108,24	722,4
Итого за день		1 206	37,9	33	224,45	1 294,8

Согласовано:





Одобрено и утверждено директором
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

04.02.2026

04.02.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
----------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23	200,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,16	18	16,32	276
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6
Итого за Завтрак		500	13,45	27	90,87	653,6

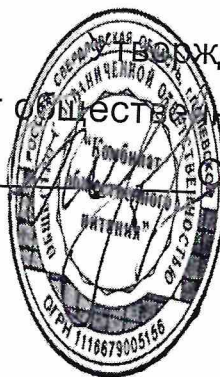
Обед

1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	210	1,6	6	11,49	104,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	90	20,68	35	1,1	340,9
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		706	30,86	48	75,02	793,5
Итого за день		1 206	44,31	75	165,89	1 447,1

Согласовано:

С.И.И.

Вверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева



05.02.2026

05.02.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
----------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

334	Макаронные изделия запеченные с сыром	180	12,03	11	43,75	308,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		515	14,5	11	82,73	513,6

Обед

1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,03	5	13,82	109,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,02	Биточек куриный	90	16,74	18	4,41	191,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		706	27,64	35	103,57	773,2
Итого за день		1 221	42,14	46	186,3	1 286,8

Согласовано:

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



06.02.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
----------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,73	6	27,06	190
677,25	Плюшка Московская	80	9,36	9	318,22	560
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Завтрак		500	16,77	15	370,2	858,3

Обед

1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины	100	11,17	28	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		706	30,35	41	93,39	788,4
Итого за день		1 206	47,12	56	463,59	1 646,7

Согласовано:

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

