

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

16.03.2026

16.03.2026

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|--------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                      |         |         |        |            |         |
| 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      | Тефтели мясные                       | 80      | 14,69   | 12     | 8,5        | 199,9   |
| 600,01        | Соус сметанный с томатом             | 20      | 0,28    | 1      | 1,35       | 15,8    |
| 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 |                                      | 720     | 33,18   | 20     | 125,62     | 827,1   |
| Итого за день |                                      | 720     | 33,18   | 20     | 125,62     | 827,1   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

17.03.2026

17.03.2026

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                     |         |         |        |            |         |
| 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 |                                     | 705     | 23,2    | 22     | 108,23     | 722,3   |
| Итого за день |                                     | 705     | 23,2    | 22     | 108,23     | 722,3   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

18.03.2026

18.03.2026

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                     | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|----------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                        |         |         |        |            |         |
| 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 |                                        | 705     | 30,85   | 48     | 74,99      | 793,3   |
| Итого за день |                                        | 705     | 30,85   | 48     | 74,99      | 793,3   |



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.03.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                     |         |         |        |            |         |
| 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 |                                     | 705     | 27,64   | 35     | 103,56     | 773,1   |
| Итого за день |                                     | 705     | 27,64   | 35     | 103,56     | 773,1   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.03.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                     |         |         |        |            |         |
| 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   | 24     | 3,61       | 236,3   |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая          | 150     | 9,32    | 6      | 48,62      | 284,6   |
| 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 |                                     | 705     | 30,18   | 37     | 104,84     | 831,8   |
| Итого за день |                                     | 705     | 30,18   | 37     | 104,84     | 831,8   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.03.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-----------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                               |         |         |        |            |         |
| 813           | Икра кабачковая пром.производства             | 50      | 0,6     | 7      | 3,7        | 48,5    |
| 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    |
| 1 027,6       | Котлета Московская                            | 90      | 12      | 10     | 10,35      | 162     |
| 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   |
| 912           | Компот из свежих яблок                        | 200     | 0,11    |        | 23,88      | 99,1    |
| 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 |                                               | 755     | 25,16   | 32     | 103,77     | 757,2   |
| Итого за день |                                               | 755     | 25,16   | 32     | 103,77     | 757,2   |