

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.04.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	240	7,21	9	30,27	285,6
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>505</b>	<b>12,1</b>	<b>11</b>	<b>88,45</b>	<b>519,9</b>
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	200	3,54	4	13,95	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свиной	240	19,32	44	58,54	613,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>28,99</b>	<b>50</b>	<b>117,72</b>	<b>920,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>41,09</b>	<b>61</b>	<b>206,17</b>	<b>1 440,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.04.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	8,95	9	31,68	195,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
455	Булочка школьная	60	11,04	4	72,36	372,2
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,23</b>	<b>13</b>	<b>139,56</b>	<b>728</b>
<b>Обед</b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,17	Биточек куриный.	90	16,74	18	4,41	191,7
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>715</b>	<b>36,76</b>	<b>32</b>	<b>103,11</b>	<b>869</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1215</b>	<b>59,99</b>	<b>45</b>	<b>242,67</b>	<b>1597</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.04.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	7,4	10	31,67	243,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>12,75</b>	<b>22</b>	<b>78,07</b>	<b>588,2</b>

**Обед**

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4
1 030,2	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
1 744	Тефтели мясные	80	9,6	8		229,6
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
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
894,01	Хлеб пшеничный.	25	20,3		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>25,11</b>	<b>26</b>	<b>110,73</b>	<b>889,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1265</b>	<b>37,86</b>	<b>48</b>	<b>188,8</b>	<b>1477,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.04.2026


**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,28	7	26,2	253,5
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	8,58	6	20,71	168,3
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>16,36</b>	<b>13</b>	<b>72,85</b>	<b>562,4</b>

**Обед**

1 021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	199,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 026,05	Шницель из мяса птицы	90	33,3	6	19,99	250,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	6	25,03	187
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,43		16,64	80,28
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>720</b>	<b>44,91</b>	<b>23</b>	<b>101,93</b>	<b>868,38</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1270</b>	<b>61,27</b>	<b>36</b>	<b>174,78</b>	<b>1430,78</b>

Согласовано:




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



24.04.2026

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,61	8	27,75	261,8
1 330,27	Оладьи с топпингом	70	2,67	3	6,21	171,9
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>11,71</b>	<b>11</b>	<b>64,6</b>	<b>570,1</b>
<b>Обед</b>						
124,17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	156
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
866	Суфле из печени	100	11,67	7		233,4
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>23,79</b>	<b>27</b>	<b>103,84</b>	<b>853,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1205</b>	<b>34,9</b>	<b>37</b>	<b>165,92</b>	<b>1423,2</b>

Согласовано:

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



25.04.2026

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	8	31,79	242,6
1 141,09	Печенье детское	60	4,22	19	35,06	332,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>14,71</b>	<b>27</b>	<b>101,53</b>	<b>731,7</b>
<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
1 308,2	Котлета Полтавская	90	14,76	19	1,58	165,6
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
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>28,56</b>	<b>34</b>	<b>94,8</b>	<b>705,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>42,71</b>	<b>48</b>	<b>190,4</b>	<b>1436,1</b>



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

27.04.2026

27.04.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	8,95	9	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,69</b>	<b>15</b>	<b>101,2</b>	<b>600,4</b>
<b>Обед</b>						
1 049	Суп-шоре из гороха	200	6,17	2	18,06	113,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 699,05	Фигурки рыбные	120	14,64	21	7,23	279,1
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>33,13</b>	<b>29</b>	<b>124,35</b>	<b>906,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 250</b>	<b>49,82</b>	<b>44</b>	<b>225,55</b>	<b>1506,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

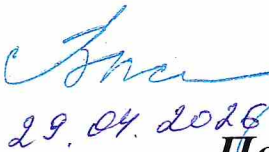
28.04.2026

28.04.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	7	31,38	240
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
677,01	Плюшка Московская	80	9,36	9	38,22	269,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,7</b>	<b>17</b>	<b>382,26</b>	<b>630,4</b>
<b>Обед</b>						
1 175,07	Рассольник домашний со сметаной	200	1,82	5	11,08	196,7
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>23,2</b>	<b>22</b>	<b>108,23</b>	<b>822,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>41,9</b>	<b>39</b>	<b>490,49</b>	<b>1452,3</b>

Согласовано:



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




29.04.2026

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	7,91	9	34,97	266,9
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6
<b>Итого за Завтрак</b>		500	12,4	21	85,43	628,3
<b>Обед</b>						
1 021,22	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
<b>Итого за Обед</b>		705	30,85	48	74,99	793,3
<b>Итого за день</b>		1205	45,15	71	170,16	1421,6

Согласовано:



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



30.04.2026

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	180	12,03	11	43,75	318,6
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	90,7
<b>Итого за Завтрак</b>		515	14,5	11	82,73	533,6
<b>Обед</b>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,02	4	5,64	63,9
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	5,04	8,5	23,73	193,95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,17	Биточек куриный	90	16,74	18	4,41	211,7
1 126,1	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
<b>Итого за Обед</b>		765	31,67	42,5	119,11	941,65
<b>Итого за день</b>		1 280	46,17	53,5	201,84	1475,25