

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

05.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                   |     |       |       |       |       |
|------------------|---------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 1 013            | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180 | 5,41  | 8,66  | 22,7  | 214,2 |
| 891              | Омлет запеченный или паровой                      | 100 | 9,41  | 8,67  | 3,26  | 123,1 |
| 1 046            | Бутерброд с повидлом                              | 40  | 2,15  | 0,81  | 22,19 | 103,4 |
| 686              | Чай с лимоном                                     | 200 | 0,06  | 0,01  | 15,16 | 59,9  |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 30  | 2,43  | 0,3   | 14,64 | 72,6  |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550 | 19,46 | 18,45 | 77,95 | 573,2 |

Обед

|               |                                     |      |       |       |        |         |
|---------------|-------------------------------------|------|-------|-------|--------|---------|
| 836           | Огурцы свежие порционно             | 60   | 1,48  | 0,06  | 10,68  | 48,6    |
| 1 039         | Суп с вермишелью                    | 250  | 4,42  | 5     | 17,43  | 100,8   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 10   | 2,29  | 2,3   | 0,09   | 23,6    |
| 1 018         | Плов со свининой                    | 250  | 18,46 | 22,59 | 47,02  | 465,31  |
| 14 539,27     | Чай с сахаром                       | 200  |       |       | 16     | 53,8    |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                     | 30   | 2,43  | 0,3   | 14,64  | 72,6    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                        | 30   | 2,55  | 0,99  | 14,55  | 77,7    |
| Итого за Обед |                                     | 860  | 31,63 | 31,24 | 120,41 | 842,41  |
| Итого за день |                                     | 1410 | 51,09 | 49,69 | 198,36 | 1415,61 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

06.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                 |     |       |       |       |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 235,05           | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 13,69 | 12,36 | 34,61 | 282   |
| 1 188            | Чай с сахаром                                   | 200 |       |       | 16    | 63,8  |
| 455              | Булочка школьная                                | 60  | 4,04  | 7,3   | 22,36 | 170,7 |
| 897              | Хлеб пшеничный                                  | 40  | 4,28  | 1,8   | 17,4  | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550 | 22,01 | 21,46 | 90,37 | 613,3 |

Обед

|               |                                     |      |       |       |        |        |
|---------------|-------------------------------------|------|-------|-------|--------|--------|
| 139           | Суп картофельный с бобовыми         | 250  | 5,88  | 6,54  | 16,48  | 162,9  |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5    | 1,15  | 1,15  | 0,04   | 11,8   |
| 1 308,02      | Биточек куриный                     | 100  | 11,74 | 9,96  | 4,41   | 199,7  |
| 600           | Соус сметанный                      | 20   | 0,34  | 2,09  | 1,35   | 20,6   |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая          | 180  | 7,19  | 7,14  | 58,35  | 341,5  |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов         | 200  | 0,35  | 0,09  | 24,36  | 101,7  |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                     | 25   | 2,03  | 0,25  | 12,2   | 60,5   |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                        | 25   | 2,13  | 0,83  | 12,13  | 64,8   |
| Итого за Обед |                                     | 805  | 30,81 | 28,05 | 129,32 | 963,5  |
| Итого за день |                                     | 1355 | 52,82 | 49,51 | 219,69 | 1576,8 |

Согласовано:

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

07.10.2026

07.10.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                                       | Выход г    | Белки г      | Жиры г       | Углево-ды г  | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |            |              |              |              |              |
| 850                     | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250        | 9,07         | 12,48        | 34,55        | 265,7        |
| 1 066,01                | Бутерброд с маслом сливочным и сыром                     | 50         | 4,99         | 5,49         | 14,59        | 122,5        |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                            | 200        |              |              | 16           | 63,8         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                           | 50         | 5,28         | 1,8          | 19,4         | 108,8        |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>550</b> | <b>19,34</b> | <b>19,77</b> | <b>84,54</b> | <b>560,8</b> |

|                      |                                      |             |              |              |               |               |
|----------------------|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>Обед</b>          |                                      |             |              |              |               |               |
| 835                  | Помидоры порционнo                   | 60          | 1,14         | 0,1          | 12,21         | 53,4          |
| 1 030,2              | Рассольник ленинградский со сметаной | 250         | 2,7          | 8,4          | 17,8          | 114,2         |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8          |
| 1 744                | Тефтели мясные                       | 100         | 12,8         | 10,89        |               | 171           |
| 1 126                | Соус томатный                        | 20          | 0,12         | 1,33         | 1,16          | 11,1          |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 180         | 5,01         | 5,7          | 37,14         | 262,1         |
| 705                  | Напиток из плодов шиповника          | 200         | 0,68         | 0,28         | 27,62         | 68,6          |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                      | 25          | 2,03         | 0,25         | 12,2          | 60,5          |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                         | 25          | 2,13         | 0,83         | 12,13         | 64,8          |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>865</b>  | <b>27,76</b> | <b>28,93</b> | <b>120,3</b>  | <b>817,5</b>  |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>1415</b> | <b>47,1</b>  | <b>48,7</b>  | <b>204,84</b> | <b>1378,3</b> |

Согласовано:

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

08.10.2026

08.10.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г    | Белки г      | Жиры г       | Углево-ды г  | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |            |              |              |              |              |
| 1 111                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250        | 9,17         | 9,08         | 33,82        | 237,6        |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200        | 0,06         | 0,01         | 15,16        | 59,9         |
| 1 330,18                | Блинчики с малиной                              | 80         | 7,75         | 8,7          | 8,74         | 101,2        |
| 976                     | Яблоки свежие                                   | 110        | 0,44         | 0,44         | 10,78        | 80,7         |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40         | 3,24         | 0,4          | 19,52        | 96,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>680</b> | <b>20,66</b> | <b>18,63</b> | <b>88,02</b> | <b>576,2</b> |

|                      |                                        |             |              |              |               |                |
|----------------------|----------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |             |              |              |               |                |
| 1 021,22             | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250         | 1,04         | 1,8          | 35,95         | 129,4          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8           |
| 1 026,05             | Шницель из мяса птицы                  | 100         | 17,3         | 16,26        | 16,99         | 283,34         |
| 995                  | Пюре картофельное                      | 180         | 3,91         | 8,05         | 26,44         | 176,3          |
| 14 539,27            | Чай с сахаром                          | 200         |              |              | 16            | 53,8           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                        | 40          | 3,24         | 0,4          | 19,52         | 96,8           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                           | 25          | 2,13         | 0,83         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>800</b>  | <b>28,77</b> | <b>28,49</b> | <b>127,07</b> | <b>816,24</b>  |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1480</b> | <b>49,43</b> | <b>47,12</b> | <b>215,09</b> | <b>1392,44</b> |

Согласовано:

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

09.10.2026

*Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 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 | 250        | 9,51         | 10          | 34,53        | 297,5        |
| 1 330,27                | Оладьи с топпингом                                | 70         | 7,08         | 8,4         | 13,79        | 158,6        |
| 14 539,27               | Чай с сахаром                                     | 200        |              |             | 16           | 53,8         |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 30         | 2,43         | 0,3         | 14,64        | 72,6         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b> | <b>19,02</b> | <b>18,7</b> | <b>78,96</b> | <b>582,5</b> |

|                      |                                               |             |              |              |               |              |
|----------------------|-----------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| <b>Обед</b>          |                                               |             |              |              |               |              |
| 836                  | Огурцы свежие порционно                       | 60          | 1,48         | 0,06         | 10,68         | 48,6         |
| 124,17               | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250         | 2,47         | 1,4          | 19,77         | 121,6        |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8         |
| 14 572               | Наггетсы куриные                              | 100         | 13,5         | 16,4         | 10            | 241,6        |
| 512                  | Рис припущенный                               | 180         | 4,32         | 6,8          | 35,46         | 264,5        |
| 912                  | Компот из свежих яблок                        | 200         | 0,11         | 0,76         | 23,88         | 99,1         |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                               | 25          | 2,03         | 0,25         | 12,2          | 60,5         |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                                  | 25          | 2,13         | 0,83         | 12,13         | 64,8         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                               | <b>845</b>  | <b>27,19</b> | <b>27,65</b> | <b>124,16</b> | <b>912,5</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                               | <b>1395</b> | <b>46,21</b> | <b>46,35</b> | <b>203,12</b> | <b>1495</b>  |

Согласовано:

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

10.10.2026

*Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб*

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г    | Белки г      | Жиры г       | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|---------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |            |              |              |              |              |
| 883                     | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250        | 8,99         | 10,7         | 39,74        | 303,3        |
| 686                     | Чай с лимоном                                     | 200        | 0,06         | 0,01         | 15,16        | 59,9         |
| 1 141,09                | Печенье детское                                   | 60         | 7,5          | 7,88         | 21           | 184,2        |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 40         | 3,24         | 0,4          | 19,52        | 96,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b> | <b>19,79</b> | <b>18,99</b> | <b>95,42</b> | <b>644,2</b> |

|                      |                                      |             |              |              |               |                |
|----------------------|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                      |             |              |              |               |                |
| 1 058                | Суп Крестьянский с крупой, сметаной  | 250         | 2,54         | 6,33         | 19,28         | 136,7          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8           |
| 1 308,2              | Котлета Полтавская                   | 100         | 16,76        | 12,54        | 17,58         | 257,86         |
| 1 126                | Соус томатный                        | 20          | 0,12         | 1,33         | 1,16          | 11,1           |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 180         | 5,01         | 5,7          | 37,14         | 262,1          |
| 14 539,27            | Чай с сахаром                        | 200         |              |              | 16            | 53,8           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                      | 40          | 3,24         | 0,4          | 19,52         | 96,8           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                         | 20          | 1,7          | 0,66         | 9,7           | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>815</b>  | <b>30,52</b> | <b>28,11</b> | <b>120,42</b> | <b>881,96</b>  |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>1365</b> | <b>50,31</b> | <b>47,1</b>  | <b>215,84</b> | <b>1526,16</b> |