

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

12.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

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

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	13,69	12,36	34,61	282
1 144,02	Маффин шоколадный	60	3,34	6,6	23,93	201,4
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,8	17,4	96,8
Итого за Завтрак		550	21,31	20,76	91,94	634

Обед

1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2,72	22,58	129,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3	0,16	2,81	25
1 699,05	Фигурки рыбные	100	12,64	17,29	7,23	219,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1,02	1,35	15,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,01	5,7	37,14	262,1
1 242	Морс ягодный	200	0,24	0,1	27,7	114,3
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		810	31,34	28,07	123,14	890,7
Итого за день		1360	52,65	48,83	215,08	1524,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

13.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

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

Завтрак

823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	11	10,33	39,22	300
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 669	Плюшка Московская	80	6,79	7,88	26,61	198,4
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62	0,2	9,76	48,4
Итого за Завтрак		550	19,41	18,41	91,59	610,6

Обед

835	Помидоры порционно	60	1,14	0,1	12,21	53,4
1 175,07	Рассольник домашний со сметаной	250	1,79	4,3	11,85	66,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 020	Плов с мясом птицы	250	16,11	20,81	37,23	433,3
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		815	24,7	27,53	110,02	792,1
Итого за день		1365	44,11	45,94	201,61	1402,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

14.10.2026

14.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	245	7,21	9,88	30,27	285,6
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
1 066,01	Сырники	60	7,41	7,51	16,71	145,2
902	Молоко сгущенное	10	0,79	0,89	5,44	32,1
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
Итого за Завтрак		555	18,71	18,69	87,1	619,6
Обед						
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
1 237	Птица запеченная	100	17,33	16,56	9	378,8
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
Итого за Обед		800	28,8	28,79	119,08	911,7
Итого за день		1350	47,51	47,48	206,18	1531,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.10.2026

15.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
334	Макаронные изделия запеченные с	220	15,7	17,05	53,48	377,2
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
976	Яблоки свежие	110	0,44	0,44	10,78	80,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
Итого за Завтрак		555	18,82	18,62	91,14	572,2
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	2,31	0,1	15,47	72,02
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
1 308,02	Биточек куриный	100	11,93	11,07	4,9	213
1 126	Соус томатный	20	0,12	1,33	1,16	11,1
512	Рис припущенный	180	4,32	6,8	35,46	264,5
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
Итого за Обед		865	27,21	28,14	128,26	903,02
Итого за день		1420	46,03	46,76	219,4	1475,22

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

16.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,17	9,08	33,82	237,6
1 330,01	Блинчики	50	5,75	8,85	15,75	165,65
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
Итого за Завтрак		550	18,42	18,34	87,5	572,45
Обед						
835	Помидоры порционно	60	1,14	0,1	12,21	53,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5,94	15,38	139
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски	100	12,06	12,1	5,14	237,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,19	7,14	58,35	341,5
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		845	31,9	28,39	130,13	962,2
Итого за день		1395	50,32	46,73	217,63	1534,65

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

17.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10,7	39,74	303,3
1 141,09	Печенье детское	60	7,5	7,88	21	184,2
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
Итого за Завтрак		550	19,79	18,99	95,42	644,2
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	11	7,4	97
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
1 027,6	Котлета Московская	100	13	9,81	10,35	168
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
912	Компот из свежих яблок	200	0,11	0,16	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
Итого за Обед		905	27,22	31,63	124,07	896
Итого за день		1455	47,01	50,62	219,49	1540,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

19.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- 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
14 572	Наггетсы куриные	100	10,5	13,4	10	241,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1,33	1,16	11,1
512	Рис припущенный	180	4,32	6,8	35,46	264,5
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		880	28,11	30,18	120,01	894,3
Итого за день		1430	47,57	48,63	197,96	1467,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

20.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- 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"

О.Ю.Козырева

21.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	250	9,07	12,48	34,55	265,7
3	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
Итого за Завтрак		550	19,34	19,77	84,54	560,8

Обед

835	Помидоры порционно	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
932	Компот из кураги	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
Итого за Обед		865	27,76	28,93	120,3	817,5
Итого за день		1415	47,1	48,7	204,84	1378,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		680	20,66	18,63	88,02	576,2

Обед

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
Итого за Обед		800	28,77	28,49	127,07	816,24
Итого за день		1480	49,43	47,12	215,09	1392,44

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		550	19,02	18,7	78,96	582,5
Обед						
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
1 227	Рыба (филе) припущенная с овощами	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
Итого за Обед		845	27,19	27,65	124,16	912,5
Итого за день		1395	46,21	46,35	203,12	1495

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

24.10.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенная 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
Итого за Завтрак		550	19,79	18,99	95,42	644,2
Обед						
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
Итого за Обед		815	30,52	28,11	120,42	881,96
Итого за день		1365	50,31	47,1	215,84	1526,16