

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	20,78	20	76,75	541,7
Итого за день		580	20,78	20	76,75	541,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	19,29	15	68,91	533,1
Итого за день		500	19,29	15	68,91	533,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	20,89	13	75	515,8
Итого за день		500	20,89	13	75	515,8

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	60	1,97	6	1,4	71,5
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	8,71	20	11,83	337,4
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	11,61	4	28,57	202,4
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		765	26,99	36	85,56	902,6
Итого за день		765	26,99	36	85,56	902,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	24,81	27	51,63	591,6
Итого за день		705	24,81	27	51,63	591,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	60	0,71	2	3,59	28,9
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78	342,5
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	47,06	41	85,53	817,1
Итого за день		740	47,06	41	85,53	817,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,48	4	3,86	117
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	18,54	15	101,18	694
Итого за день		745	18,54	15	101,18	694

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,35	5	11,21	96,5
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		750	16,59	17	74,28	578,6
Итого за день		750	16,59	17	74,28	578,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
817	Маринад овощной	60	1,12	6	6,83	84,6
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	24,1	27	92,31	776,2
Итого за день		745	24,1	27	92,31	776,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 163	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 168	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	12,2	16		191,3
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	23,77	26	92,44	699,8
Итого за день		745	23,77	26	92,44	699,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	23,64	28	116,62	790,5
Итого за день		735	23,64	28	116,62	790,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	38,6
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
990	Рис припущенный с овощами	150	3,6	7	33,56	209,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	27,77	35	98,34	814,3
Итого за день		740	27,77	35	98,34	814,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	24,81	27	51,63	591,6
Итого за день		705	24,81	27	51,63	591,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	60	0,71	2	3,59	28,9
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78	342,5
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	47,06	41	85,53	817,1
Итого за день		740	47,06	41	85,53	817,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,48	4	3,86	117
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	18,54	15	101,18	694
Итого за день		745	18,54	15	101,18	694

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,35	5	11,21	96,5
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		750	16,59	17	74,28	578,6
Итого за день		750	16,59	17	74,28	578,6

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	60	1,97	6	1,4	71,5
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	8,71	20	11,83	337,4
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	11,61	4	28,57	202,4
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		765	26,99	36	85,56	902,6
Итого за день		765	26,99	36	85,56	902,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976.03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	17,88	19	53,19	473,3
Итого за день		520	17,88	19	53,19	473,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,81	4	19,65	136,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		500	26,42	32	63,18	600,4
Итого за день		500	26,42	32	63,18	600,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	12,02	20	74,01	532,2
Итого за день		560	12,02	20	74,01	532,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,97	25	78,97	587,6
Итого за день		500	23,97	25	78,97	587,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,78	31	87,62	732,5
Итого за день		500	21,78	31	87,62	732,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущеное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	24,54	15	75,37	556,9
Итого за день		500	24,54	15	75,37	556,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,97	25	78,97	587,6
Итого за день		500	23,97	25	78,97	587,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,78	31	87,62	732,5
Итого за день		500	21,78	31	87,62	732,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущенное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	24,54	15	75,37	556,9
Итого за день		500	24,54	15	75,37	556,9

Согласовано:

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

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	17,88	19	53,19	473,3
Итого за день		520	17,88	19	53,19	473,3

Согласовано:

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

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,81	4	19,65	136,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		500	26,42	32	63,18	600,4
Итого за день		500	26,42	32	63,18	600,4

Согласовано:

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

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	12,02	20	74,01	532,2
Итого за день		560	12,02	20	74,01	532,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	20,78	20	76,75	541,7
Итого за день		580	20,78	20	76,75	541,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	19,29	15	68,91	533,1
Итого за день		500	19,29	15	68,91	533,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	20,89	13	75	515,8
Итого за день		500	20,89	13	75	515,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	21,96	21	83,95	584,2
Итого за день		610	21,96	21	83,95	584,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	20,9	15	76,92	592,6
Итого за день		550	20,9	15	76,92	592,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	26,37	17	82,63	605,3
Итого за день		550	26,37	17	82,63	605,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,55	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	25,83	26	85,42	631,5
Итого за день		550	25,83	26	85,42	631,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		550	25,03	34	98,31	827,5
Итого за день		550	25,03	34	98,31	827,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
902	Молоко сгущенное соус	35	2,49	2	19,32	103,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	30,47	20	86,7	662,1
Итого за день		550	30,47	20	86,7	662,1

Согласовано:

Свердловская область
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 101»
г. Екатеринбург

7.06.2019

«ЗРУДИТ»

Полев

№	ИНН 6626009853	Наиме
рецензуры	ОГРН 1026601608830	

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
835	Помидоры порционнно	30	0,33		1,13	7,1
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	21,84	26	51,52	538,8
Итого за день		570	21,84	26	51,52	538,8

Согласовано: *Ан*

19.09.2019

Федерация Свердловская область
Министерство образования и науки
Государственный округ "Политехнический университет"
ЭРУДИТ

Полевской

№
рецептуры

Наименование блю

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	28,33	34	73,01	668,4
Итого за день		550	28,33	34	73,01	668,4

Согласовано:

19.09.2017

ООО

Свердловская область
Областное государственное автономное образовательное учреждение
"Политехнический колледж №21"

ЭРУДИТ

Полевской

№ рецептуры	Наименование бл
----------------	-----------------

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65	275,4
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976.03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	13,53	22	81,14	587,3
Итого за день		610	13,53	22	81,14	587,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	21,96	21	83,95	584,2
Итого за день		610	21,96	21	83,95	584,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	20,9	15	76,92	592,6
Итого за день		550	20,9	15	76,92	592,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	26,37	17	82,63	605,3
Итого за день		550	26,37	17	82,63	605,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,97	25	78,97	587,6

Обед						
817	Маринад овощной	60	1,12	6	6,83	84,6
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	24,1	27	92,31	776,2
Итого за день		1 245	48,07	52	171,28	1 363,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,78	31	87,62	732,5

Обед						
1 163	Салат из моркови с растительным	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 168	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	12,2	16		191,3
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	23,77	26	92,44	699,8
Итого за день		1 245	45,55	57	180,06	1 432,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущенное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	24,54	15	75,37	556,9

Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	23,64	28	116,62	790,5
Итого за день		1 235	48,18	43	191,99	1 347,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	17,88	19	53,19	473,3

Обед						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	38,6
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
990	Рис припущенный с овощами	150	3,6	7	33,56	209,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	27,77	35	98,34	814,3
Итого за день		1 260	45,65	54	151,53	1 287,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,81	4	19,65	136,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		500	26,42	32	63,18	600,4

Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	24,81	27	51,63	591,6
Итого за день		1 205	51,23	59	114,81	1 192

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	12,02	20	74,01	532,2

Обед						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	60	0,71	2	3,59	28,9
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78	342,5
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	47,06	41	85,53	817,1
Итого за день		1 300	59,08	61	159,54	1 349,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	20,78	20	76,75	541,7

Обед

818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,48	4	3,86	117
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	18,54	15	101,18	694
Итого за день		1 325	39,32	35	177,93	1 235,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	19,29	15	68,91	533,1

Обед

836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,35	5	11,21	96,5
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		750	16,59	17	74,28	578,6
Итого за день		1 250	35,88	32	143,19	1 111,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	20,89	13	75	515,8
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	60	1,97	6	1,4	71,5
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	8,71	20	11,83	337,4
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	11,61	4	28,57	202,4
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		765	26,99	36	85,56	902,6
Итого за день		1 265	47,88	49	160,56	1 418,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,97	25	78,97	587,6

Обед

817	Маринад овощной	60	1,12	6	6,83	84,6
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	24,1	27	92,31	776,2
Итого за день		1 245	48,07	52	171,28	1 363,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,78	31	87,62	732,5

Обед

1 163	Салат из моркови с растительным	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 168	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	12,2	16		191,3
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	23,77	26	92,44	699,8
Итого за день		1 245	45,55	57	180,06	1 432,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущенное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	24,54	15	75,37	556,9
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	23,64	28	116,62	790,5
Итого за день		1 235	48,18	43	191,99	1 347,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	17,88	19	53,19	473,3
Обед						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	38,6
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
990	Рис припущенный с овощами	150	3,6	7	33,56	209,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	27,77	35	98,34	814,3
Итого за день		1 260	45,65	54	151,53	1 287,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,81	4	19,65	136,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		500	26,42	32	63,18	600,4

Обед

835	Помидоры порционны	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	24,81	27	51,63	591,6
Итого за день		1 205	51,23	59	114,81	1 192

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	12,02	20	74,01	532,2

Обед

39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	60	0,71	2	3,59	28,9
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78	342,5
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	47,06	41	85,53	817,1
Итого за день		1 300	59,08	61	159,54	1 349,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	20,78	20	76,75	541,7

Обед

818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,48	4	3,86	117
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	18,54	15	101,18	694
Итого за день		1 325	39,32	35	177,93	1 235,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	19,29	15	68,91	533,1

Обед

836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,35	5	11,21	96,5
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		750	16,59	17	74,28	578,6
Итого за день		1 250	35,88	32	143,19	1 111,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	20,89	13	75	515,8
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	60	1,97	6	1,4	71,5
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	8,71	20	11,83	337,4
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	11,61	4	28,57	202,4
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		765	26,99	36	85,56	902,6
Итого за день		1 265	47,88	49	160,56	1 418,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционн	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,55	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	25,83	26	85,42	631,5

Обед

817	Маринад овощной	100	1,86	10	11,38	141
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	15,35	10	11,81	197,9
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	27,72	34	106,79	919,7
Итого за день		1 425	53,55	60	192,21	1 551,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		550	25,03	34	98,31	827,5

Обед

1 163	Салат из моркови с растительным	100	1,38	1	11,2	61,3
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	3,93	4	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 168	Птица, тушенная в сметанном соусе	100	13,56	18		212,6
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	27,22	30	108,65	814,8
Итого за день		1 425	52,25	64	206,96	1 642,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
902	Молоко сгущенное соус	35	2,49	2	19,32	103,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	30,47	20	86,7	662,1

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		865	27,43	34	129,7	912,5
Итого за день		1 415	57,9	54	216,4	1 574,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
835	Помидоры порционно	30	0,33		1,13	7,1
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	21,84	26	51,52	538,8

Обед

12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	64,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	7,82	5	33,42	213,6
1 105	Гуляш из курицы	100	17,02	22	3,51	225,1
990	Рис припущенный с овощами	180	4,32	8	40,27	251,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	32,06	41	113,04	947,4
Итого за день		1 440	53,9	67	164,56	1 486,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	21,96	21	83,95	584,2

Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	100	1,75	5	9,94	94,3
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	9,43	4	4,28	130
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	21,44	19	118,1	813,2
Итого за день		1 485	43,4	40	202,05	1 397,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	20,9	15	76,92	592,6

Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	2,94	6	14,01	120,6
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	18,31	19	83,1	645,8
Итого за день		1 420	39,21	34	160,02	1 238,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	28,33	34	73,01	668,4
Обед						
835	Помидоры порционнo	100	1,09		3,76	23,8
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	1,83	6	10,37	100,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
893,01	Жаркое по-домашнему	220	21,49	22	18,68	358
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		815	27,57	30	56,91	653,8
Итого за день		1 365	55,9	64	129,92	1 322,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65	275,4
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	13,53	22	81,14	587,3
Обед						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	100	1,19	4	5,98	48,1
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	40,28	32	3,09	380,6
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	53,24	48	96,33	933
Итого за день		1 480	66,77	70	177,47	1 520,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	26,37	17	82,63	605,3
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	100	3,29	10	2,33	119,2
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	5	9,23	92,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	100	9,68	22	13,14	374,9
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	13,93	5	34,28	242,9
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		895	31,98	44	95,36	1 046,8
Итого за день		1 445	58,35	61	177,99	1 652,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосоленные порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,55	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	25,83	26	85,42	631,5

Обед

817	Маринад овощной	100	1,86	10	11,38	141
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	15,35	10	11,81	197,9
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	27,72	34	106,79	919,7
Итого за день		1 425	53,55	60	192,21	1 551,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		550	25,03	34	98,31	827,5

Обед

1 163	Салат из моркови с растительным	100	1,38	1	11,2	61,3
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	3,93	4	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 168	Птица, тушенная в сметанном соусе	100	13,56	18		212,6
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	27,22	30	108,65	814,8
Итого за день		1 425	52,25	64	206,96	1 642,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
902	Молоко сгущенное соус	35	2,49	2	19,32	103,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	30,47	20	86,7	662,1

Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		865	27,43	34	129,7	912,5
Итого за день		1 415	57,9	54	216,4	1 574,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
835	Помидоры порционно	30	0,33		1,13	7,1
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	21,84	26	51,52	538,8

Обед						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	64,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	7,82	5	33,42	213,6
1 105	Гуляш из курицы	100	17,02	22	3,51	225,1
990	Рис припущенный с овощами	180	4,32	8	40,27	251,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	32,06	41	113,04	947,4
Итого за день		1 440	53,9	67	164,56	1 486,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	28,33	34	73,01	668,4
Обед						
835	Помидоры порционно	100	1,09		3,76	23,8
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,83	6	10,37	100,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
893,01	Жаркое по-домашнему	220	21,49	22	18,68	358
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		815	27,57	30	56,91	653,8
Итого за день		1 365	55,9	64	129,92	1 322,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65	275,4
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	13,53	22	81,14	587,3
Обед						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	100	1,19	4	5,98	48,1
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	40,28	32	3,09	380,6
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	53,24	48	96,33	933
Итого за день		1 480	66,77	70	177,47	1 520,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	21,96	21	83,95	584,2

Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	100	1,75	5	9,94	94,3
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	9,43	4	4,28	130
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	21,44	19	118,1	813,2
Итого за день		1 485	43,4	40	202,05	1 397,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	20,9	15	76,92	592,6

Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	2,94	6	14,01	120,6
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	18,31	19	83,1	645,8
Итого за день		1 420	39,21	34	160,02	1 238,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	26,37	17	82,63	605,3
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	100	3,29	10	2,33	119,2
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	5	9,23	92,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	100	9,68	22	13,14	374,9
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	13,93	5	34,28	242,9
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		895	31,98	44	95,36	1 046,8
Итого за день		1 445	58,35	61	177,99	1 652,1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576053

Владелец Высоцкая Людмила Витальевна

Действителен с 19.04.2022 по 19.04.2023