

Согласовано:



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



15.05.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	150	6,36	6	32,95	229,5
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		530	11,66	12	91,58	543
Итого за день		530	11,66	12	91,58	543

Согласовано:



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



16.05.2023 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 316,01	**Котлета с капустой	100	8,5	7	9	252,7
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		510	15,27	19	71,87	642,1
Итого за день		510	15,27	19	71,87	642,1

Согласовано:



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



17.05.2023 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
892	Омлет с картофелем	130	8,87	11	12,53	184,4
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		500	16,8	14	69,52	486,4
Итого за день		500	16,8	14	69,52	486,4

Согласовано:



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



18.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 020	**Плов с мясом птицы	240	22,33	27	46,42	455,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		500	27,37	28	88,97	665,9
Итого за день		500	27,37	28	88,97	665,9

Enc



общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

Завтрак

овано:



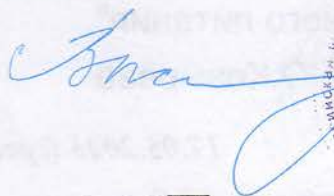
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

Завтрак

Согласовано:



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"

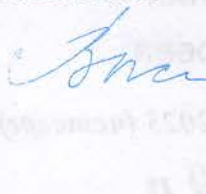
О.Ю.Козырева

15.05.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93	306
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		580	13,77	14	102,56	619,5
Итого за день		580	13,77	14	102,56	619,5

Согласовано:



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.05.2023 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 316,01	**Котлета с капустой	100	8,5	7	9	252,7
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94	256,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		560	17,56	20	86,65	734,9
Итого за день		560	17,56	20	86,65	734,9

Согласовано:

З.И.



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



17.05.2023 (среда)

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	6,67	5	21,88	157,1
892	Омлет с картофелем	170	11,6	14	16,38	241,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		550	21,2	19	78,84	582,4
Итого за день		550	21,2	19	78,84	582,4

Согласовано:

З.И.



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



18.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 020	**Плов с мясом птицы	280	26,05	31	54,16	531,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	31,93	32	101,28	767
Итого за день		550	31,93	32	101,28	767

Согласовано:

Зна



Утверждаю директор



О.Ю.Козырева

19.05.2023 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050,01	**Бефстроганов	100	12,55	37	5,98	409,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	27,4	45	100,44	933,2
Итого за день		550	27,4	45	100,44	933,2

Согласовано:

Зна



Утверждаю директор



О.Ю.Козырева

20.05.2023 (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 из творога с рисом	200	22,09	17	30,57	364,9
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
902	Молоко сгущеное	40	3,16	3	21,76	128,4
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	31,78	23	104,88	767,3
Итого за день		550	31,78	23	104,88	767,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

15.05.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	150	6,36	6	32,95	229,5
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		530	11,66	12	91,58	543
Обед						
999	Салат Бурячок	60	0,66	9	3,32	97,6
84	Суп картофельный со сметаной	200	2,14	3	16,22	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 021	**Рагу из мяса птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	30,87	35	88,61	757,9
Итого за день		1 235	42,53	47	180,19	1 300,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

16.05.2023 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 316,01	**Котлета с капустой	100	8,5	7	9	252,7
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		510	15,27	19	71,87	642,1
Обед						
12 160,01	Салат Золушка	60	1,35	5	6,24	80,2
1 058	Суп Крестянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	90	13,3	21	11,72	319,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		745	29,19	39	107,81	940,4
Итого за день		1 255	44,46	58	179,68	1 582,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

17.05.2023 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
892	Омлет с картофелем	130	8,87	11	12,53	184,4
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		500	16,8	14	69,52	486,4

Обед

951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	12	0,84	127,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
925	Напиток мандариновый или апельсиновый	200	0,2		25,73	95,8
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		755	31,7	26	110,95	757,9
Итого за день		1 255	48,5	40	180,47	1 244,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

18.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 020	**Плов с мясом птицы	240	22,33	27	46,42	455,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	27,37	28	88,97	665,9

Обед

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	16,99	13	11,05	227,4
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		700	28,25	25	97,34	742,3
Итого за день		1 200	55,62	53	186,31	1 408,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

19.05.2023 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050,01	**Бифстроганов	90	11,29	34	5,38	368,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	23,82	41	87,09	819,8

Обед						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 308	**Котлета куриная	100	32,82	41	0,35	365,7
999	Капуста тушеная	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		710	45,58	53	71,29	814,7
Итого за день		1 210	69,4	94	158,38	1 634,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

20.05.2023 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка из творога с рисом	150	16,57	12	22,93	273,7
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
902	Молоко сгущеное	40	3,16	3	21,76	128,4
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	26,26	18	97,24	676,1

Обед						
25	Салат Степной из разных овощей	60	1,14	6	5,27	81,5
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,16	2	18,06	108
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	10,85	21	7,19	262,3
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		735	27,65	39	106,33	904,2
Итого за день		1 235	53,91	57	203,57	1 580,3

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 15.05.2023 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

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

Завтрак

815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93	306
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		580	13,77	14	102,56	619,5

Обед

999	Салат Бурячок	100	1,1	15	5,53	162,7
84	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	130,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 021	**Рагу из мяса птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		805	32,66	42	99,76	873,3
Итого за день		1 385	46,43	56	202,32	1 492,8

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 16.05.2023 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

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

Завтрак

1 316,01	**Котлета с капустой	100	8,5	7	9	252,7
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94	256,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		560	17,56	20	86,65	734,9

Обед

12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4	133,6
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	100	14,78	24	13,02	354,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
Итого за Обед		925	36,59	50	154,24	1 256,7
Итого за день		1 485	54,15	70	240,89	1 991,6

Согласовано:

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

17.05.2023 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,67	5	21,88	157,1
892	Омлет с картофелем	170	11,6	14	16,38	241,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		550	21,2	19	78,84	582,4

Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	2,41	7	9,71	112,8
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	13	0,93	141,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
925	Напиток мандариновый или апельсиновый	200	0,2		25,73	95,8
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		885	36,23	32	125,28	883,8
Итого за день		1 435	57,43	51	204,12	1 466,2

Согласовано:

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

18.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 020	**Плов с мясом птицы	280	26,05	31	54,16	531,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	31,93	32	101,28	767

Обед						
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	18,88	14	12,28	252,6
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
Итого за Обед		835	35,33	31	126,41	914,8
Итого за день		1 385	67,26	63	227,69	1 681,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.05.2023 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050,01	**Бефстроганов	100	12,55	37	5,98	409,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	27,4	45	100,44	933,2

Обед

1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,19	4	20,68	138,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная	180	4,3	8	17,09	153,6
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
838	Крендель песочный с сахаром	60	4,71	11	44,87	292,8
Итого за Обед		835	34,52	44	131,23	1 022,6
Итого за день		1 385	61,92	89	231,67	1 955,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.05.2023 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка из творога с рисом	200	22,09	17	30,57	364,9
674	Яблоки печенные.	50	0,19		7,98	35,6
902	Молоко сгущенное	40	3,16	3	21,76	128,4
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	31,78	23	104,88	767,3

Обед

25	Салат Степной из разных овощей	100	1,9	10	8,79	135,8
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,7	2	22,57	135
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7,99	291,4
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96	266,2
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		865	32,2	47	121,15	1 058,9
Итого за день		1 415	63,98	70	226,03	1 826,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.05.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
999	Салат Бурячок	60	0,66	9	3,32	97,6
84	Суп картофельный со сметаной	200	2,14	3	16,22	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 021	**Рагу из мяса птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	30,87	35	88,61	757,9
Итого за день		705	30,87	35	88,61	757,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.05.2023 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
12 160,01	Салат Золушка	60	1,35	5	6,24	80,2
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	90	13,3	21	11,72	319,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		745	29,19	39	107,81	940,4
Итого за день		745	29,19	39	107,81	940,4

Согласовано:



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.05.2023 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	12	0,84	127,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
925	Напиток мандариновый или апельсиновый	200	0,2		25,73	95,8
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		755	31,7	26	110,95	757,9
Итого за день		755	31,7	26	110,95	757,9

Согласовано:



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

18.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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	16,99	13	11,05	227,4
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		700	28,25	25	97,34	742,3
Итого за день		700	28,25	25	97,34	742,3

Согласовано:

Змс



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

19.05.2023 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 308	**Котлета куриная	100	32,82	41	0,35	365,7
999	Капуста тушеная	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		710	45,58	53	71,29	814,7
Итого за день		710	45,58	53	71,29	814,7

Согласовано:

Змс



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

20.05.2023 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
25	Салат Степной из разных овощей	60	1,14	6	5,27	81,5
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,16	2	18,06	108
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	10,85	21	7,19	262,3
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		735	27,65	39	106,33	904,2
Итого за день		735	27,65	39	106,33	904,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.05.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
999	Салат Бурячок	100	1,1	15	5,53	162,7
84	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	130,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 021	**Рагу из мяса птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		805	32,66	42	99,76	873,3
Итого за день		805	32,66	42	99,76	873,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.05.2023 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4	133,6
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	100	14,78	24	13,02	354,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
Итого за Обед		925	36,59	50	154,24	1 256,7
Итого за день		925	36,59	50	154,24	1 256,7

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.05.2023 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	2,41	7	9,71	112,8
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	13	0,93	141,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
925	Напиток мандариновый или апельсиновый	200	0,2		25,73	95,8
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		885	36,23	32	125,28	883,8
Итого за день		885	36,23	32	125,28	883,8

Согласовано:



Утверждаю директор

000 "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

18.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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	18,88	14	12,28	252,6
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
Итого за Обед		835	35,33	31	126,41	914,8
Итого за день		835	35,33	31	126,41	914,8

John



О.Ю.Козырева

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

Согласовано:  

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

20.05.2023 (суббота)

John



О.Ю.Козырева

20.05.2023 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
25	Салат Степной из разных овощей	100	1,9	10	8,79	135,8
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,7	2	22,57	135
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7,99	291,4
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96	266,2
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		865	32,2	47	121,15	1 058,9
Итого за день		865	32,2	47	121,15	1 058,9

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022170

Владелец Высоцкая Людмила Витальевна

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024