

Согласовано:

*З.И.*  
20.01.2025



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

20.01.2025 (понедельник)

**Полевской ЦШУ 5-11кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	21,77	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,21	28	3,86	240,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>776</b>	<b>26,62</b>	<b>42</b>	<b>108,55</b>	<b>815,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>776</b>	<b>26,62</b>	<b>42</b>	<b>108,55</b>	<b>815,8</b>

Согласовано:

*З.И.*  
21.01.2025



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

21.01.2025 (вторник)

**Полевской ЦШУ 5-11кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	**Котлета куриная Особая	90	12	10		162
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	264,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>826</b>	<b>30,29</b>	<b>29</b>	<b>95,77</b>	<b>887,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>826</b>	<b>30,29</b>	<b>29</b>	<b>95,77</b>	<b>887,5</b>

Согласовано:

*З.И.*  
22.01.2025



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

22.01.2025 (среда)

**Полевской ЦШУ 5-11кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	23	9,34	231,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>791</b>	<b>36,86</b>	<b>40</b>	<b>126,71</b>	<b>879,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>791</b>	<b>36,86</b>	<b>40</b>	<b>126,71</b>	<b>879,2</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.01.2025 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	180	3,97	10	32,61	252
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>781</b>	<b>19,22</b>	<b>26</b>	<b>106,63</b>	<b>743,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>781</b>	<b>19,22</b>	<b>26</b>	<b>106,63</b>	<b>743,5</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

24.01.2025 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	**Шницель из мяса птицы	90	3,3	6	19,99	150,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>796</b>	<b>20,6</b>	<b>29</b>	<b>122,42</b>	<b>771,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>796</b>	<b>20,6</b>	<b>29</b>	<b>122,42</b>	<b>771,2</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

25.01.2025 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	5	9,2	137,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	230	21,4	26	44,49	436,7
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>746</b>	<b>30,32</b>	<b>34</b>	<b>104,62</b>	<b>825,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>746</b>	<b>30,32</b>	<b>34</b>	<b>104,62</b>	<b>825,5</b>