

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

20.01.2025 (понедельник)

Зна
20.01.2025

Полевской ЦШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 220 | 10,01 | 11 | 34,85 | 226,2 |
| 921 | Какао с молоком, Хрутка | 200 | 2,87 | 4 | 13,08 | 190 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 460 | 16,72 | 17 | 68,33 | 522,8 |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Обед | | 776 | 26,62 | 42 | 108,55 | 815,8 |
| Итого за день | | 1 236 | 43,34 | 59 | 176,88 | 1 338,6 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

21.01.2025 (вторник)

Зна
21.01.2025

Полевской ЦШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 | 88,7 |
| 1 111 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 6,92 | 11 | 32,75 | 300 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 520 | 14,95 | 16 | 79,44 | 559,1 |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Обед | | 826 | 30,29 | 29 | 95,77 | 887,5 |
| Итого за день | | 1 346 | 45,24 | 45 | 175,21 | 1 446,6 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

22.01.2025 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 330,01 | **Блинчики | 60 | 3,3 | 3 | 21,3 | 129,5 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | 13,5 |
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 220 | 5,96 | 6 | 37,22 | 193,6 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 540 | 13,22 | 11 | 98,2 | 503,1 |

| | | | | | | |
|----------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| Обед | | | | | | |
| 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 | 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 |
| Итого за Обед | | 776 | 35,37 | 40 | 118,94 | 838,9 |
| Итого за день | | 1 316 | 48,59 | 51 | 217,14 | 1 342 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

23.01.2025 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 976 | Яблоки свежие | 110 | 4,4 | 4 | 107,8 | 806,7 |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 220 | 7,4 | 10 | 31,67 | 243,6 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 570 | 15,64 | 16 | 175,87 | 1 220,7 |

| | | | | | | |
|----------------------|----------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Обед | | | | | | |
| 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 | 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 |
| Итого за Обед | | 771 | 18,15 | 26 | 101,28 | 716,1 |
| Итого за день | | 1 341 | 33,79 | 42 | 277,15 | 1 936,8 |

Согласовано:

С.Ю. Козырева
24.01.2025



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

24.01.2025 (пятница)

Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 40 | 2,18 | 1 | 15,47 | 103,4 |
| 334 | Макаронные изделия запеченные с сыром | 240 | 21,25 | 24 | 41,12 | 349,2 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 520 | 27,27 | 27 | 92,99 | 623 |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Обед | | 796 | 20,6 | 29 | 122,42 | 771,2 |
| Итого за день | | 1 316 | 47,87 | 56 | 215,41 | 1 394,2 |

Согласовано:

С.Ю. Козырева
25.01.2025



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

25.01.2025 (суббота)

Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 066,01 | **Сырники | 70 | 4,9 | 4 | 10,67 | 105,5 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | 13,5 |
| 883 | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 220 | 7,91 | 7 | 39,37 | 266,9 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 16,77 | 13 | 89,72 | 552,4 |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 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 |
| Итого за Обед | | 726 | 28,4 | 34 | 94,42 | 772,2 |
| Итого за день | | 1 276 | 45,17 | 47 | 184,14 | 1 324,6 |