

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

03.03.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 4 | 6,36 | 99,3 |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 220 | 10,01 | 11 | 34,85 | 226,2 |
| 686 | Чай с лимоном @ | 200 | 0,06 | | 15,16 | 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 | | 500 | 19,39 | 17 | 76,77 | 492 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200 | 2,11 | 5 | 17,42 | 110,4 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины @ | 90 | 10,08 | 25 | 3,47 | 216,1 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 160 | 6,91 | 3 | 41,29 | 226,9 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,12 | 1 | 12,12 | 64,7 |
| Итого за Обед | | 700 | 24,51 | 36 | 101,04 | 748,5 |
| Итого за день | | 1 200 | 43,9 | 53 | 177,81 | 1 240,5 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

04.03.2025 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 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 | 230 | 6,36 | 10 | 30,13 | 276 |
| 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 | | 500 | 14,39 | 15 | 76,82 | 535,1 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 144,03 | Круассан с шоколадом 25г @ | 25 | 23,17 | 46 | 263,42 | 1 537,5 |
| 1 021 | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 200 | 3,03 | 6 | 13,87 | 118 |
| 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 | 7,2 | 162 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 512 | Рис припущенный | 150 | 3,05 | 3 | 25,01 | 220,5 |
| 686 | Чай с лимоном @ | 200 | 0,06 | | 15,16 | 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 Обед | | 730 | 46,58 | 69 | 346,45 | 2 232,1 |
| Итого за день | | 1 230 | 60,97 | 84 | 423,27 | 2 767,2 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева



05.03.2025 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 330,01 | Блинчики @ | 50 | 2,75 | 3 | 17,75 | 107,9 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | 13,5 |
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 190 | 5,15 | 5 | 32,14 | 167,2 |
| 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 | | 500 | 11,86 | 10 | 89,57 | 455,1 |

| | | | | | | |
|----------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Обед | | | | | | |
| 1 039 | Суп с вермишелью | 220 | 2,13 | 2 | 15,34 | 88,7 |
| 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 @ | 90 | 16,86 | 21 | 8,41 | 208,3 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,55 | 10 | 39,85 | 240,8 |
| 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 |
| Итого за Обед | | 705 | 31,69 | 36 | 107,92 | 755,3 |
| Итого за день | | 1 205 | 43,55 | 46 | 197,49 | 1 210,4 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева



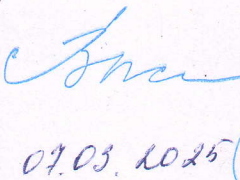
06.03.2025 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

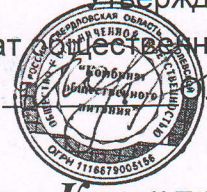
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 976 | Яблоки свежие | 110 | 0,44 | | 10,78 | 80,7 |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 200 | 6,73 | 9 | 28,79 | 221,4 |
| 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 | | 550 | 11,01 | 11 | 75,97 | 472,5 |

| | | | | | | |
|----------------------|----------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Обед | | | | | | |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 210 | 6,48 | 2 | 19,01 | 113,7 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 1 027,13 | Котлета Деревенская @ | 90 | 12 | 10 | | 162 |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 3,31 | 8 | 27,17 | 210 |
| 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 Обед | | 700 | 27,03 | 22 | 90,39 | 692,2 |
| Итого за день | | 1 250 | 38,04 | 33 | 166,36 | 1 164,7 |

Согласовано:




Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

07.03.2025 (пятница)

07.03.2025

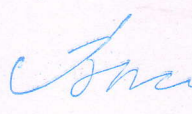
Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

| № 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 | 220 | 19,48 | 22 | 37,7 | 320,1 |
| 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 | | 500 | 25,5 | 25 | 89,57 | 593,9 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200 | 2,38 | 5 | 13,14 | 109,6 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 319,01 | Шницель из мяса птицы @ | 90 | 3,3 | 6 | 19,99 | 150,1 |
| 1 126 | Соус томатный | 30 | 0,18 | 1 | 1,73 | 16,7 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,55 | 10 | 39,85 | 240,8 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,67 | 1 | 13,37 | 68,5 |
| Итого за Обед | | 700 | 17,33 | 24 | 104,12 | 657,4 |
| Итого за день | | 1 200 | 42,83 | 49 | 193,69 | 1 251,3 |

Согласовано:




Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

08.03.2025 (суббота)

08.03.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 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 | 30 | 0,03 | | 4,92 | 20,3 |
| 883 | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 5,75 | 5 | 28,63 | 194,1 |
| 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 | | 500 | 14,62 | 11 | 80,62 | 486,4 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|---|-------|-------|----|--------|---------|
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 230 | 1,75 | 5 | 8,46 | 126,1 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 020 | Плов с мясом птицы @ | 210 | 19,54 | 24 | 40,62 | 398,8 |
| 686 | Чай с лимоном @ | 200 | 0,06 | | 15,16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,12 | 1 | 12,12 | 64,7 |
| Итого за Обед | | 700 | 27,83 | 32 | 92,45 | 743,5 |
| Итого за день | | 1 200 | 42,45 | 43 | 173,07 | 1 229,9 |