

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

28.04.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г  | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |            |              |           |              |              |
| 806,13                  | Маффин ванильный®                               | 40         | 5,48         | 4         | 6,36         | 103          |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 220        | 10,01        | 11        | 34,85        | 226,2        |
| 686,02                  | Чай с лимоном @ 200                             | 200        | 0,06         |           | 15,16        | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                  | 20         | 2,14         | 1         | 10,7         | 56,8         |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                     | 20         | 1,7          | 1         | 9,7          | 53,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>500</b> | <b>19,39</b> | <b>17</b> | <b>76,77</b> | <b>499,7</b> |

|                      |                                      |              |              |           |               |                |
|----------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                      |              |              |           |               |                |
| 1 030                | Рассольник ленинградский со сметаной | 210          | 2,22         | 6         | 16,61         | 115,9          |
| 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          |
| 828                  | Чай с сахаром @                      | 200          |              |           | 10,97         | 59,9           |
| 897                  | Хлеб пшеничный                       | 20           | 2,14         | 1         | 10,7          | 56,8           |
| 1 148                | Хлеб ржаной                          | 20           | 1,7          | 1         | 9,7           | 53,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>705</b>   | <b>24,2</b>  | <b>37</b> | <b>92,78</b>  | <b>741,2</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>1 205</b> | <b>43,59</b> | <b>54</b> | <b>169,55</b> | <b>1 240,9</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

29.04.2025 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г  | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |            |              |           |              |              |
| 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          |
| 14 539,27               | Чай с сахаром @                                 | 200        | 0,2          |           | 6,5          | 26,8         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                  | 20         | 2,14         | 1         | 10,7         | 56,8         |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                     | 20         | 1,7          | 1         | 9,7          | 53,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>500</b> | <b>14,59</b> | <b>15</b> | <b>67,32</b> | <b>502,1</b> |

|                      |                                        |              |              |           |               |                |
|----------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |              |              |           |               |                |
| 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            |
| 901                  | Соус красный основной                  | 20           | 0,14         | 1         | 1,5           | 15,7           |
| 512                  | Рис припущенный                        | 150          | 3,05         | 3         | 25,01         | 225,5          |
| 686                  | Чай с лимоном @                        | 200          | 0,06         |           | 15,16         | 59,9           |
| 897                  | Хлеб пшеничный                         | 20           | 2,14         | 1         | 10,7          | 56,8           |
| 1 148                | Хлеб ржаной                            | 15           | 1,28         |           | 7,28          | 40,4           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>700</b>   | <b>22,85</b> | <b>22</b> | <b>80,76</b>  | <b>690,1</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1 200</b> | <b>37,44</b> | <b>37</b> | <b>148,08</b> | <b>1 192,2</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

30.04.2025 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                             |         |            |           |                 |         |
| 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           | 186,2   |
| 828              | Чай с сахаром @                             | 200     |            |           | 10,97           | 59,9    |
| 897              | Хлеб пшеничный                              | 20      | 2,14       | 1         | 10,7            | 56,8    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                 | 20      | 1,7        | 1         | 9,7             | 53,8    |
| Итого за Завтрак |                                             | 500     | 11,76      | 10        | 84,54           | 478,1   |
| <b>Обед</b>      |                                             |         |            |           |                 |         |
| 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   |
| 912              | Компот из свежих яблок                      | 200     | 0,16       |           | 23,88           | 99,1    |
| 897              | Хлеб пшеничный                              | 20      | 2,14       | 1         | 10,7            | 56,8    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                 | 20      | 1,7        | 1         | 9,7             | 53,8    |
| Итого за Обед    |                                             | 705     | 31,69      | 36        | 107,92          | 759,3   |
| Итого за день    |                                             | 1 205   | 43,45      | 46        | 192,46          | 1 237,4 |