

Согласовано:

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

12.05.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 030          | Рассольник ленинградский со сметаной | 250     | 2,64       | 7         | 19,77           | 137,9   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 437,06         | Гуляш из мяса свинины @              | 90      | 10,08      | 25        | 3,47            | 216,1   |
| 516            | Макаронные изделия отварные с маслом | 180     | 7,77       | 4         | 46,45           | 255,3   |
| 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 Обед  |                                      | 765     | 25,48      | 39        | 101,1           | 791,6   |
| Итого за день  |                                      | 765     | 25,48      | 39        | 101,1           | 791,6   |

Согласовано:

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

13.05.2025 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|----------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                        |         |            |           |                 |         |
| 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        | 7,2             | 162     |
| 512            | Рис припущенный                        | 180     | 3,66       | 4         | 30,01           | 270,6   |
| 901            | Соус красный основной                  | 30      | 0,21       | 2         | 2,25            | 23,6    |
| 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                            | 20      | 1,7        | 1         | 9,7             | 53,8    |
| Итого за Обед  |                                        | 795     | 24,71      | 26        | 92,4            | 786     |
| Итого за день  |                                        | 795     | 24,71      | 26        | 92,4            | 786     |

Согласовано:

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

14.05.2025 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>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 @ | 90      | 16,86      | 21        | 8,41            | 208,3   |
| 998            | Каша гречневая рассыпчатая                  | 190     | 9,57       | 13        | 50,47           | 305,1   |
| 912            | Компот из свежих яблок                      | 200     | 0,16       |           | 23,88           | 99,1    |
| 897            | Хлеб пшеничный                              | 30      | 3,21       | 1         | 16,05           | 85,2    |
| 1 148          | Хлеб ржаной                                 | 30      | 2,55       | 1         | 14,55           | 80,7    |
| Итого за Обед  |                                             | 795     | 35,92      | 39        | 130,83          | 891     |
| Итого за день  |                                             | 795     | 35,92      | 39        | 130,83          | 891     |

Согласовано:

*С. Зина*

15.05.2025



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

15.05.2025 (четверг)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                      |         |            |           |                 |         |
| 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      |
| 1 027,13       | Котлета Деревенская @                | 90      | 12         | 10        |                 | 162     |
| 516            | Макаронные изделия отварные с маслом | 180     | 7,77       | 4         | 46,45           | 255,3   |
| 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    |
| Итого за Обед  |                                      | 770     | 32,82      | 18        | 103,79          | 730,1   |
| Итого за день  |                                      | 770     | 32,82      | 18        | 103,79          | 730,1   |

Согласовано:

*С. Зина*

16.05.2025



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

16.05.2025 (пятница)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 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                       | 20      | 0,12       | 1         | 1,16            | 11,1    |
| 828            | Чай с сахаром @                     | 200     |            |           | 10,97           | 59,9    |
| 897            | Хлеб пшеничный                      | 30      | 3,21       | 1         | 16,05           | 85,2    |
| 1 148          | Хлеб ржаной                         | 25      | 2,12       | 1         | 12,12           | 67,2    |
| Итого за Обед  |                                     | 800     | 21,93      | 29        | 124,58          | 811,3   |
| Итого за день  |                                     | 800     | 21,93      | 29        | 124,58          | 811,3   |

Согласовано:

*С. Зина*

17.05.2025



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

17.05.2025 (суббота)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                               |         |            |           |                 |         |
| 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    |
| 1 024          | Гуляш из курицы @                             | 90      | 16,94      | 6         | 5,93            | 229,8   |
| 512            | Рис припущенный                               | 180     | 3,66       | 4         | 30,01           | 270,6   |
| 686            | Чай с лимоном @                               | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 897            | Хлеб пшеничный                                | 30      | 3,21       | 1         | 16,05           | 85,2    |
| 1 148          | Хлеб ржаной                                   | 30      | 2,55       | 1         | 14,55           | 80,7    |
| Итого за Обед  |                                               | 785     | 29,48      | 18        | 90,94           | 875,1   |
| Итого за день  |                                               | 785     | 29,48      | 18        | 90,94           | 875,1   |