

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

01.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                   |         |            |           |                 |         |
| 813            | Икра кабачковая пром.производства | 50      | 0,6        | 7         | 3,7             | 48,5    |
| 1 049          | Суп-пюре из гороха                | 250     | 7,71       | 3         | 22,58           | 141,6   |
| 943            | Гренки из пшеничного хлеба        | 10      | 1,3        |           | 7,81            | 40      |
| 1 027,13       | Котлета Деревенская               | 90      | 14,69      | 12        | 8,5             | 199,9   |
| 1 011,03       | Спагетти отварные                 | 180     | 6,22       | 11        | 35,96           | 266,2   |
| 1 242          | Морс ягодный                      | 200     | 0,24       |           | 27,7            | 114,3   |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                   | 50      | 4,05       | 1         | 24,4            | 121     |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                      | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                   | 855     | 36,94      | 35        | 142,78          | 996,3   |
| Итого за день  |                                   | 855     | 36,94      | 35        | 142,78          | 996,3   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

02.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 175          | Рассольник домашний со сметаной     | 250     | 2,27       | 6         | 13,85           | 120,9   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 020          | Плов с мясом птицы                  | 300     | 18,87      | 17        | 58,1            | 464,2   |
| 928            | Компот из смеси сухофруктов         | 200     | 0,35       |           | 24,36           | 101,7   |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                     | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                        | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                     | 805     | 26,8       | 25        | 120,68          | 823,9   |
| Итого за день  |                                     | 805     | 26,8       | 25        | 120,68          | 823,9   |



Согласовано:

*Э.И.И.*



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



03.09.2025

03.09.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                     | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|----------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Обед</u>   |                                        |         |         |        |             |         |
| 1 021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250     | 1,91    | 7      | 13,68       | 124,4   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5       | 1,15    | 1      | 0,04        | 11,8    |
| 1 237         | Птица запеченная                       | 100     | 29,73   | 18     | 1,6         | 288,8   |
| 518           | Картофель отварной                     | 180     | 0,54    | 1      | 4,37        | 269,7   |
| 932           | Компот из кураги                       | 200     | 0,16    |        | 4,52        | 20,2    |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                        | 50      | 4,05    | 1      | 24,4        | 121     |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                           | 25      | 2,13    | 1      | 12,13       | 64,8    |
| Итого за Обед |                                        | 810     | 39,67   | 29     | 60,74       | 900,7   |
| Итого за день |                                        | 810     | 39,67   | 29     | 60,74       | 900,7   |

Согласовано:

*Э.И.И.*



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



04.09.2025

04.09.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Обед</u>   |                                     |         |         |        |             |         |
| 1 058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 250     | 2,54    | 6      | 17,28       | 136,7   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,15    | 1      | 0,04        | 11,8    |
| 1 308,02      | Биточек куриный                     | 90      | 16,74   | 18     |             | 191,7   |
| 1 126         | Соус томатный                       | 20      | 0,12    | 1      | 1,16        | 11,1    |
| 512           | Рис припущенный                     | 180     | 4,32    | 7      | 44,46       | 264,5   |
| 705           | Напиток из плодов шиповника         | 200     | 0,68    |        | 27,62       | 128,6   |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                     | 50      | 4,05    | 1      | 24,4        | 121     |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                        | 25      | 2,13    | 1      | 12,13       | 64,8    |
| Итого за Обед |                                     | 820     | 31,73   | 35     | 127,09      | 930,2   |
| Итого за день |                                     | 820     | 31,73   | 35     | 127,09      | 930,2   |



ласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

05.09.2025

05.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>          |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 015                | Суп-лапша на курином бульоне        | 250     | 5,48       | 6         | 15,3            | 137,6   |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 437,06               | Гуляш из мяса свинины               | 100     | 11,17      | 28        | 3,61            | 236,3   |
| 998                  | Каша гречневая рассыпчатая          | 180     | 11,19      | 7         | 58,35           | 341,5   |
| 1 242                | Морс ягодный                        | 200     | 0,24       |           | 27,7            | 114,3   |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                     | 50      | 4,05       | 1         | 24,4            | 121     |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                        | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | 810     | 35,41      | 44        | 141,53          | 1 027,3 |
| <b>Итого за день</b> |                                     | 810     | 35,41      | 44        | 141,53          | 1 027,3 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

06.09.2025

06.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>          |                                               |         |            |           |                 |         |
| 836                  | Огурцы свежие порционно                       | 50      | 0,4        |           | 1,4             | 7,5     |
| 124                  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250     | 1,9        | 6         | 9,14            | 132,5   |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 027,6              | Котлета Московская                            | 90      | 12         | 10        | 10,35           | 162     |
| 1 126                | Соус томатный                                 | 20      | 0,12       | 1         | 1,16            | 11,1    |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом          | 180     | 7,61       | 5         | 45,44           | 262,1   |
| 912                  | Компот из свежих яблок                        | 200     | 0,16       |           | 23,88           | 99,1    |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                               | 50      | 4,05       | 1         | 24,4            | 121     |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                                  | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                               | 870     | 29,52      | 25        | 127,94          | 871,9   |
| <b>Итого за день</b> |                                               | 870     | 29,52      | 25        | 127,94          | 871,9   |