

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

05.11.2025

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                       | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |            |              |           |                 |              |
| 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         |
| 450,19                  | Кекс ванильный с изюмом                                  | 60         | 6,88         | 6         | 33,72           | 171,7        |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                          | 40         | 3,24         |           | 19,52           | 96,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>500</b> | <b>16,85</b> | <b>15</b> | <b>98,03</b>    | <b>553,7</b> |

|                      |                                     |              |              |           |               |                |
|----------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                     |              |              |           |               |                |
| 1 844                | Чеснок                              | 1            | 0,01         |           | 0,03          | 0,2            |
| 1 015                | Суп-лапша на курином бульоне        | 200          | 4,38         | 5         | 12,24         | 110            |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 027,13             | Котлета Деревенская                 | 90           | 14,69        | 12        | 8,5           | 199,9          |
| 1 126                | Соус томатный                       | 20           | 0,12         | 1         | 1,16          | 11,1           |
| 998                  | Каша гречневая рассыпчатая          | 150          | 9,32         | 6         | 48,62         | 284,6          |
| 1 188                | Чай с сахаром                       | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                     | 25           | 2,03         |           | 12,2          | 60,5           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                        | 25           | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | <b>716</b>   | <b>33,83</b> | <b>26</b> | <b>110,92</b> | <b>806,7</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                     | <b>1 216</b> | <b>50,68</b> | <b>41</b> | <b>208,95</b> | <b>1 360,4</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

06.11.2025

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |            |              |           |                 |              |
| 1 111                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 200        | 5,73         | 6         | 27,06           | 190          |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200        | 0,06         |           | 15,16           | 59,9         |
| 810                     | Бутерброд с сыром                               | 40         | 5,58         | 5         | 13,71           | 118,3        |
| 976                     | Яблоки свежие                                   | 120        | 0,48         |           | 11,76           | 88           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>560</b> | <b>11,85</b> | <b>11</b> | <b>67,69</b>    | <b>456,2</b> |

|                      |                                        |              |              |           |               |                |
|----------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |              |              |           |               |                |
| 1 813                | Лук репчатый (порциями)                | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 1 021                | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 200          | 1,52         | 5         | 10,94         | 99,5           |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 319,01             | Шницель из мяса птицы                  | 90           | 33,04        | 6         | 19,99         | 150,1          |
| 1 126                | Соус томатный                          | 20           | 0,12         | 1         | 1,16          | 11,1           |
| 995                  | Пюре картофельное                      | 150          | 3,26         | 5         | 22,03         | 147            |
| 1 188                | Чай с сахаром                          | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                        | 25           | 2,03         |           | 12,2          | 60,5           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                           | 25           | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>716</b>   | <b>43,25</b> | <b>19</b> | <b>94,5</b>   | <b>608,7</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1 276</b> | <b>55,1</b>  | <b>30</b> | <b>162,19</b> | <b>1 064,9</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

07.11.2025

07.11.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |              |              |           |               |                |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 200          | 6,01         | 7         | 25,23         | 200,2          |
| 1 330,23                | Оладьи с топпингом                                | 70           | 2,67         | 3         | 6,21          | 71,9           |
| 902                     | Молоко сгущенное                                  | 60           | 4,74         | 5         | 28,64         | 192,6          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                     | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b>   | <b>15,04</b> | <b>15</b> | <b>85,84</b>  | <b>576,9</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                   |              |              |           |               |                |
| 1 844                   | Чеснок                                            | 1            | 0,01         |           | 0,03          | 0,2            |
| 124                     | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 200          | 1,52         | 5         | 7,31          | 106            |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 023                   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100          | 17,33        | 5         | 3,31          | 132,2          |
| 512                     | Рис припущенный                                   | 150          | 3,6          | 6         | 37,05         | 220,4          |
| 912                     | Компот из свежих яблок                            | 200          | 0,11         |           | 23,88         | 99,1           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                    | 25           | 2,68         | 1         | 13,38         | 71             |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 25           | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>706</b>   | <b>28,53</b> | <b>19</b> | <b>97,13</b>  | <b>705,5</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 256</b> | <b>43,57</b> | <b>34</b> | <b>182,97</b> | <b>1 282,4</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

08.11.2025

08.11.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |              |              |           |               |                |
| 883                     | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 200          | 7,19         | 8         | 31,79         | 242,6          |
| 1 141,09                | Печенье детское                                 | 60           | 4,5          | 6         | 34            | 244,2          |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200          | 0,06         |           | 15,16         | 59,9           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40           | 3,24         |           | 19,52         | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>500</b>   | <b>14,99</b> | <b>14</b> | <b>100,47</b> | <b>643,5</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                 |              |              |           |               |                |
| 1 813                   | Лук репчатый (порциями)                         | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 1 058                   | Суп Крестьянский с крупой, сметаной             | 210          | 2,13         | 5         | 14,52         | 114,8          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 308,04                | Котлета Полтавская                              | 90           | 14,76        | 19        | 1,58          | 164,6          |
| 1 126                   | Соус томатный                                   | 20           | 0,12         | 1         | 1,16          | 11,1           |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом            | 150          | 6,34         | 4         | 37,87         | 218,5          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 25           | 2,03         |           | 12,2          | 60,5           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                    | 25           | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                 | <b>726</b>   | <b>28,66</b> | <b>31</b> | <b>95,51</b>  | <b>710</b>     |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>1 226</b> | <b>43,65</b> | <b>45</b> | <b>195,98</b> | <b>1 353,5</b> |