

Согласовано:

01.12.2025



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



01.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 039	Суп с вермишелью	250	4,42	5	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свиной	230	18,51	42	56,1	588,2
14 539,27	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8
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		736	28,45	49	104,43	853,1
Итого за день		736	28,45	49	104,43	853,1

Согласовано:

02.12.2025



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



02.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
1 308,02	Биточек куриный	90	16,74	18		191,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,76	5	40,39	233
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		771	34,01	34	111,73	829,5
Итого за день		771	34,01	34	111,73	829,5

Согласовано:

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

03.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2
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	4	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,95	6	51,86	303,6
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
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		776	33,46	30	131,34	919,7
Итого за день		776	33,46	30	131,34	919,7

Согласовано:

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

04.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
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
1 319,01	Шницель из мяса птицы	90	33,04	6	19,99	150,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	160	3,48	5	23,5	156,8
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
Итого за Обед		776	43,86	24	98,71	643,4
Итого за день		776	43,86	24	98,71	643,4

Согласовано:

С.З.И.
05.12.2025



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



05.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
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
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	160	3,84	6	39,52	235,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		771	29,68	20	113,04	760,9
Итого за день		771	29,68	20	113,04	760,9

Согласовано:

С.З.И.
06.12.2025



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
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
1 308,04	Котлета Полтавская	90	14,76	19	1,58	164,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,76	5	40,39	233
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		781	29,89	36	103,23	758,5
Итого за день		781	29,89	36	103,23	758,5

Согласовано:



С.З.И.
08.12.2025

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



08.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 049	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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
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		780	35,71	21	136,36	883,2
Итого за день		780	35,71	21	136,36	883,2

Согласовано:



С.З.И.
09.12.2025

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



09.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 175	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	250	15,72	15	48,42	386,8
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		755	23,65	23	111	746,5
Итого за день		755	23,65	23	111	746,5

Согласовано:

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

10.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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	22,98	39	1,22	378,8
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
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
Итого за Обед		785	34,11	54	81,71	880,4
Итого за день		785	34,11	54	81,71	880,4

Согласовано:

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

11.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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	4	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.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		795	29,71	37	114,89	869,7
Итого за день		795	29,71	37	114,89	869,7

Согласовано:

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

12.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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
1 188	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
Итого за Обед		785	33,15	43	117,63	916,3
Итого за день		785	33,15	43	117,63	916,3

Согласовано:

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

13.12.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
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	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
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		845	27,65	34	118,04	852,4
Итого за день		845	27,65	34	118,04	852,4