



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"

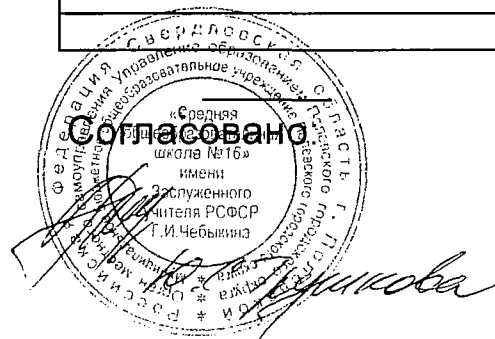


Ю.Козырева

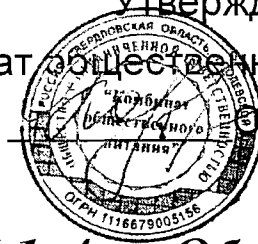
10.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	5,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица, тушеная в соусе красном с	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		755	29,41	35	101,59	840,5
Итого за день		755	29,41	35	101,59	840,5



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

11.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	90	14,38	13	11,72	225,5
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	26,21	25	88,55	705,3
Итого за день		745	26,21	25	88,55	705,3

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

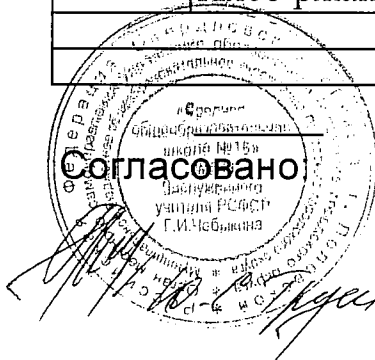


12.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
992	Салат Здоровье	60	0,73	6	4,57	77,3
84	Суп картофельный со сметаной	200	1,4	3	11,57	75,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		705	28,56	31	77,91	705,4
Итого за день		705	28,56	31	77,91	705,4

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



13.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	23,44	21	88,47	727,4
Итого за день		700	23,44	21	88,47	727,4

Согласовано
 «Средняя общеобразовательная школа №10»
 имени Заслуженного учителя РСФСР Г.И. Чебыкина

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



14.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	238,3
999	Капуста тушеная.	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	26,59	28	80,67	654
Итого за день		700	26,59	28	80,67	654

Согласовано
 «Средняя общеобразовательная школа №10»
 имени Заслуженного учителя РСФСР Г.И. Чебыкина

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



15.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	22,9	32	110,63	800,4
Итого за день		735	22,9	32	110,63	800,4



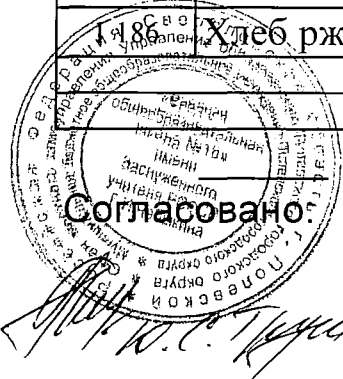
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю.Козырева



10.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65	115,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица, тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,93	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 185	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		885	33,56	42	115,5	976,7
Итого за день		885	33,56	42	115,5	976,7



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



11.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,39	7	11,71	118,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	100	15,98	15	13,02	250,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
Итого за Обед		925	32,68	32	128,92	952,6
Итого за день		925	32,68	32	128,92	952,6



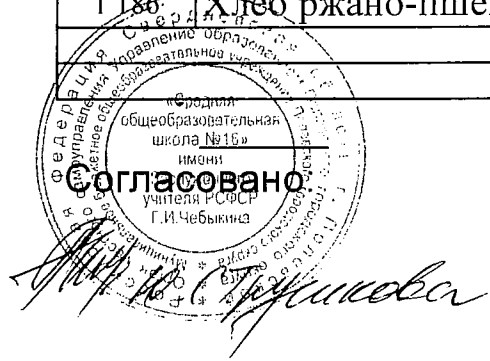
Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



12.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
992	Салат Здоровье	100	1,22	10	7,62	128,8
84	Суп картофельный со сметаной	250	1,76	3	14,46	94,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
	Итого за Обед	805	29,49	35	84,35	799,3
	Итого за день	805	29,49	35	84,35	799,3



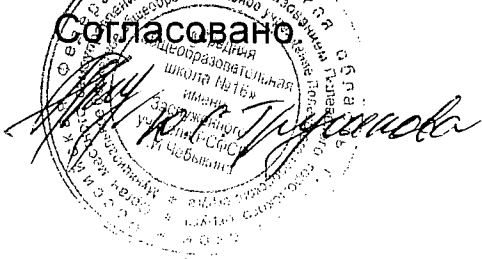
Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



13.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	15,35	10	11,81	197,9
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
948	Шаньга со сметаной*	60	5,24	3	34,67	189,2
	Итого за Обед	835	31,1	27	130,08	967,9
	Итого за день	835	31,1	27	130,08	967,9

Согласовано

 Средняя общеобразовательная школа №17б
 имени 100-летия
 Удмуртской Республики
 Г. Ижевск

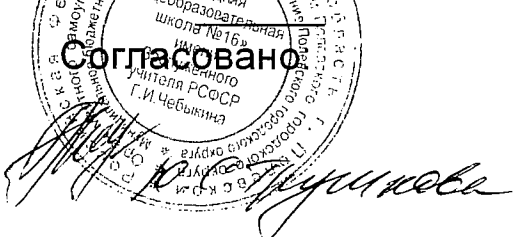
Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Ю. Козырева



14.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	3,93	4	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная.	180	4,3	8	17,09	153,6
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
838	Крендель песочный с сахаром	60	5,14	11	46,11	302,9
Итого за Обед		835	34	43	129,41	1 007,7
Итого за день		835	34	43	129,41	1 007,7

Согласовано

 Средняя общеобразовательная школа №17б
 имени 100-летия
 Удмуртской Республики
 Г. Ижевск

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



15.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96	266,2
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		865	26,55	39	122,5	924,2
Итого за день		865	26,55	39	122,5	924,2



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



10.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21.19	117.2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,48	9	37.96	289,2
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10.64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51.8
976,03	Фрукт	120	0,48		11.76	56.4
Итого за Завтрак		580	13,79	15	90,05	576,6
Обед						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65	115,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица, тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,93	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		885	33,56	42	115,5	976,7
Итого за день		1 465	47,35	57	205,55	1 553,3



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



11.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94	256,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	25,24	27	66,63	678,5
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,39	7	11,71	118,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	100	15,98	15	13,02	250,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
Итого за Обед		925	32,68	32	128,92	952,6
Итого за день		1 475	57,92	59	195,55	1 631,1



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева



12.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	50	11,17	8	31,92	247,3
891	Омлет запеченный или паровой	165	14,29	22	0,9	255
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	35	2,98	1	14,88	90,7
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	28,98	31	74,62	709,3
<u>Обед</u>						
992	Салат Здоровье	100	1,22	10	7,62	128,8
84	Суп картофельный со сметаной	250	1,76	3	14,46	94,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		805	29,49	35	84,35	799,3
Итого за день		1 375	58,47	66	158,97	1 508,6

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

13.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	25,83	26	85,43	631,5
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	15,35	10	11,81	197,9
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
948	Шаньга со сметаной*	60	5,24	3	34,67	189,2
Итого за Обед		835	31,1	27	130,08	967,9
Итого за день		1 385	56,93	53	215,51	1 599,4

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



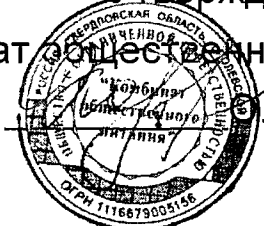
14.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		550	25,03	34	98,31	827,5
<u>Обед</u>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	3,93	4	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная.	180	4,3	8	17,09	153,6
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
838	Крендель песочный с сахаром	60	5,14	11	46,11	302,9
Итого за Обед		835	34	43	129,41	1 007,7
Итого за день		1 385	59,03	77	227,72	1 835,2



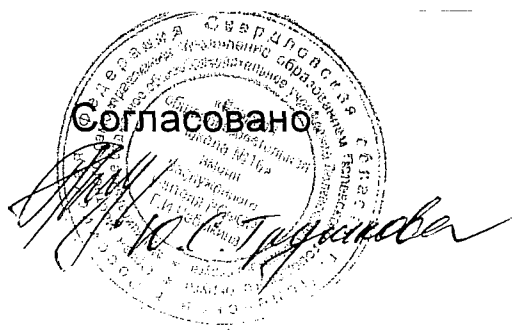
Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева



15.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	29,3	20	81,51	642,6
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96	266,2
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		865	26,55	39	122,5	924,2
Итого за день		1 415	55,85	59	204,01	1 566,8



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



10.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	7	28,47	216,9
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		530	11,67	13	80,56	504,3
<u>Обед</u>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	5,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица, тушеная в соусе красном с	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		755	29,41	35	101,59	840,5
Итого за день		1 285	41,08	48	182,15	1 344,8



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



11.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	23,68	26	56,23	586,4
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	90	14,38	13	11,72	225,5
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	26,21	25	88,55	705,3
Итого за день		1 245	49,89	51	144,78	1 291,7



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева

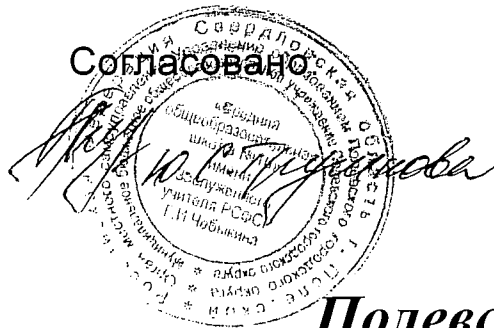


12.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	8,93	6	25,53	197,9
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	23,28	24	65,91	592,8
Обед						
992	Салат Здоровье	60	0,73	6	4,57	77,3
84	Суп картофельный со сметаной	200	1,4	3	11,57	75,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		705	28,56	31	77,91	705,4
Итого за день		1 225	51,84	55	143,82	1 298,2

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,97	25	78,97	587,6
<u>Обед</u>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	23,44	21	88,47	727,4
Итого за день		1 200	47,41	46	167,44	1 315

Согласовано.

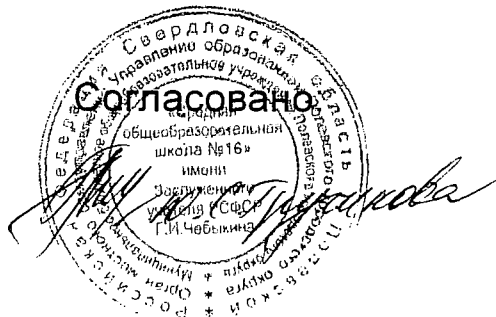
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



14.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 050	Бефстроганов*	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,78	31	87,62	732,5
<u>Обед</u>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	238,3
999	Капуста тушеная.	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	26,59	28	80,67	654
Итого за день		1 200	48,37	59	168,29	1 386,5



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева



15.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	23,82	16	73,88	553,1
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	22,9	32	110,63	800,4
Итого за день		1 235	46,72	48	184,51	1 353,5



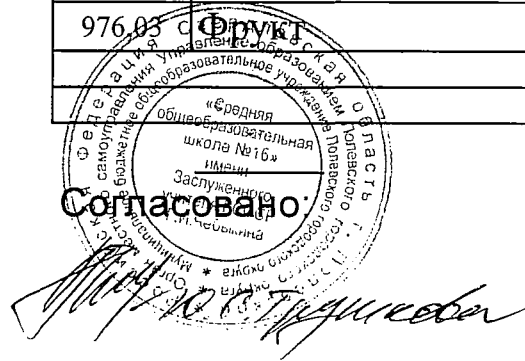
Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



10.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	7	28,47	216,9
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		530	11,67	13	80,56	504,3
Итого за день		530	11,67	13	80,56	504,3



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

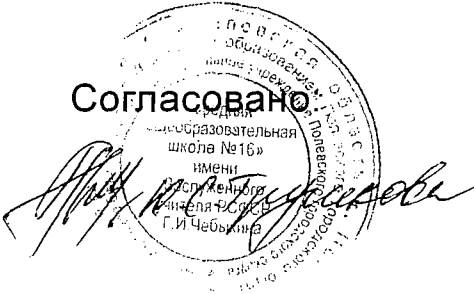


11.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	23,68	26	56,23	586,4
Итого за день		500	23,68	26	56,23	586,4

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

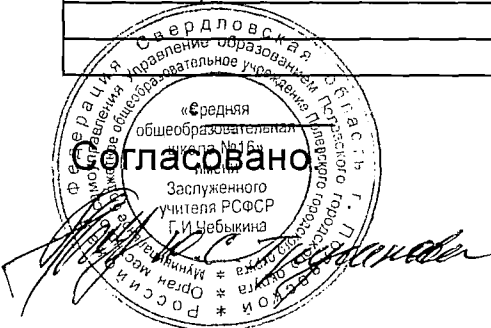


12.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	40	8,93	6	25,53	197,9
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
976.03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	23,28	24	65,91	592,8
Итого за день		520	23,28	24	65,91	592,8

Согласовано



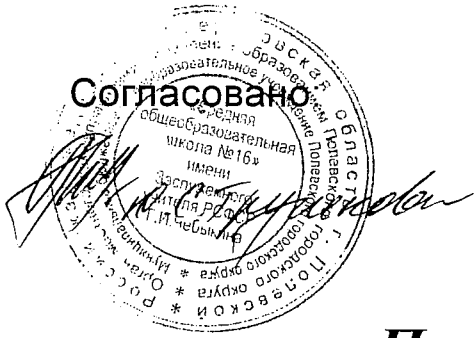
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
836,01	Огурцы малосольные порционнo	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,97	25	78,97	587,6
Итого за день		500	23,97	25	78,97	587,6



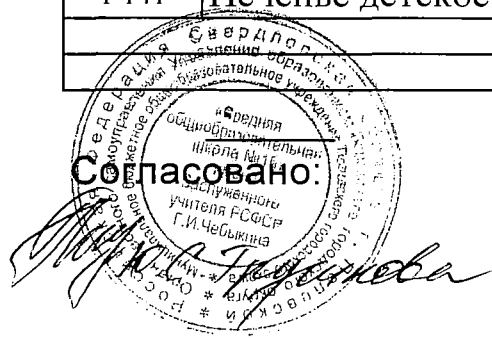
Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



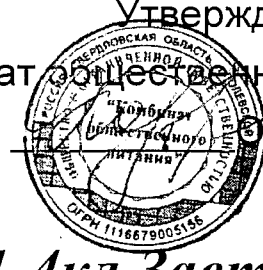
14.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 050	Бефстроганов*	90	11,36	20	4,91	253.8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204.2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59.9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51.8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162.8
Итого за Завтрак		500	21,78	31	87,62	732.5
Итого за день		500	21,78	31	87,62	732.5



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

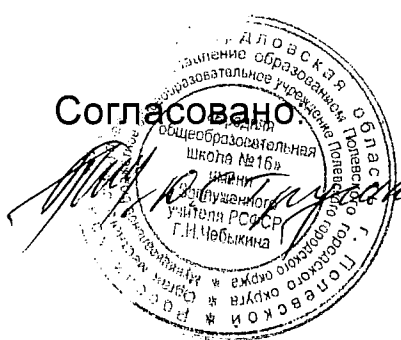


15.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268.5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35.6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27.1
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82.2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77.7
Итого за Завтрак		500	23,82	16	73,88	553.1
Итого за день		500	23,82	16	73,88	553.1

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



10.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,48	9	37,96	289,2
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		580	13,79	15	90,05	576,6
Итого за день		580	13,79	15	90,05	576,6

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



11.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94	256,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	25,24	27	66,63	678,5
Итого за день		550	25,24	27	66,63	678,5



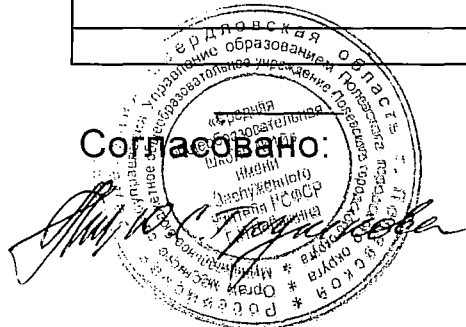
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



12.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	50	11,17	8	31,92	247,3
891	Омлет запеченный или паровой	165	14,29	22	0,9	255
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	35	2,98	1	14,88	90,7
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	28,98	31	74,62	709,3
Итого за день		570	28,98	31	74,62	709,3



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосолевые порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	25,83	26	85,43	631,5
Итого за день		550	25,83	26	85,43	631,5



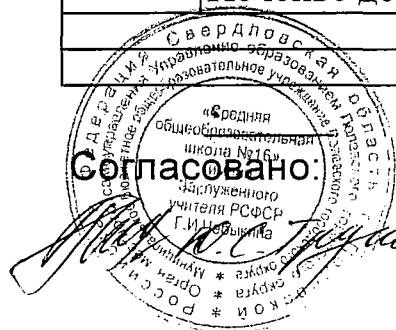
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева



14.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		550	25,03	34	98,31	827,5
Итого за день		550	25,03	34	98,31	827,5



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



15.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	29,3	20	81,51	642,6
Итого за день		550	29,3	20	81,51	642,6

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575795

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 15.03.2022 по 15.03.2023