



ООО "Комбинат общественного питания"

Э.Ю.Козырева

17.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

Завтрак

Обед



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

18.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

Завтрак

Обед

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

19.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,15	148,4
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		540	23,65	27	59,69	589,7

Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	7,82	5	33,42	213,6
1 105	Гуляш из курицы	100	17,02	22	3,51	225,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
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		870	34,64	34	113,34	909,8
Итого за день		1 410	58,29	61	173,03	1 499,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

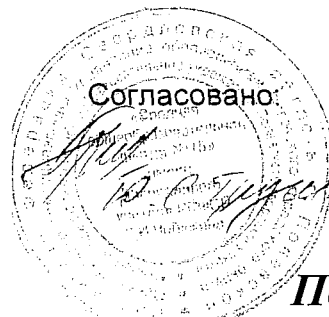
Ю.Козырева

20.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
1 142	Повидло	35	0,03		5,74	23,7
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	140	0,56	1	13,72	65,8
Итого за Завтрак		590	26,8	17	81,37	599,2

Обед						
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89	201,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
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
445	Гребешок с повидлом	60	0,93	3	8,39	67,9
Итого за Обед		855	24,78	24	134,55	895,6
Итого за день		1 445	51,58	41	215,92	1 494,8



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



21.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

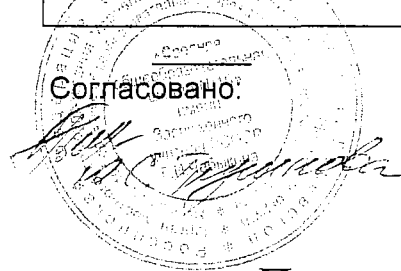
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
678,01	Бисквит яблочный	80	2,98	4	24,17	148,2
Итого за Завтрак		550	12,72	9	87,68	557,4

Обед

1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	2,94	6	14,01	120,6
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,32		16,46	69,7
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
1 190	Ватрушка с творогом*	60	5,7	6	18,49	149,7
Итого за Обед		830	23,53	25	95,5	771,4
Итого за день		1 380	36,25	34	183,18	1 328,8



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



22.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		600	19,84	19	76,63	527,6

Обед

1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	100	3,29	10	2,33	119,2
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	5	9,23	92,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	100	9,68	22	13,14	374,9
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5
912	Компот из свежих яблок.	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
Итого за Обед		895	22,02	48	88,63	1 015,4
Итого за день		1 495	41,86	67	165,26	1 543

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 6033324505102036708305559428146817986133868575795

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 15.03.2022 по 15.03.2023