

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



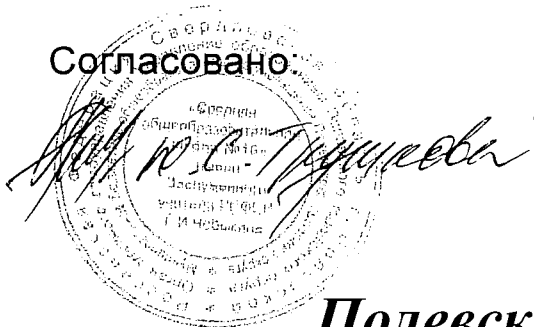
Ю. Козырева

24.10.2022 (понедельник)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93	306
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>	<b>619,5</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>29,49</b>	<b>35</b>	<b>84,35</b>	<b>799,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>43,26</b>	<b>49</b>	<b>186,91</b>	<b>1 418,8</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

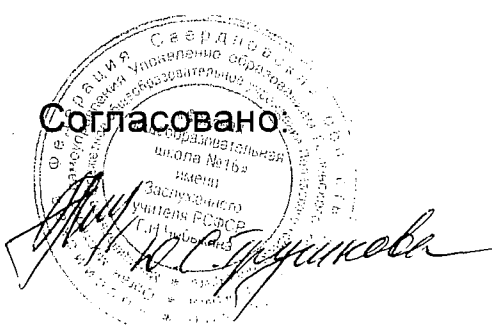


25.10.2022 (вторник)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,24</b>	<b>27</b>	<b>66,63</b>	<b>678,5</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>925</b>	<b>32,68</b>	<b>32</b>	<b>128,92</b>	<b>952,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 475</b>	<b>57,92</b>	<b>59</b>	<b>195,55</b>	<b>1 631,1</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



26.10.2022 (среда)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

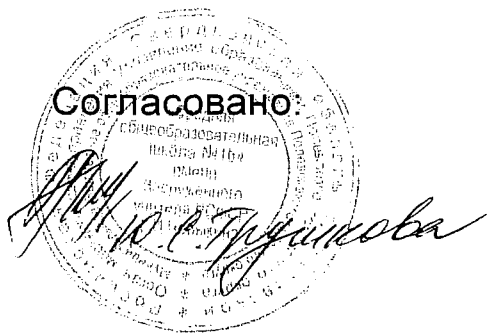
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

### Завтрак

810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,15	148,4
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24,51</b>	<b>28</b>	<b>61,85</b>	<b>610,4</b>

### 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>885</b>	<b>33,56</b>	<b>42</b>	<b>115,5</b>	<b>976,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 435</b>	<b>58,07</b>	<b>70</b>	<b>177,35</b>	<b>1 587,1</b>



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



27.10.2022 (четверг)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,83</b>	<b>26</b>	<b>85,43</b>	<b>631,5</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>31,1</b>	<b>27</b>	<b>130,08</b>	<b>967,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>56,93</b>	<b>53</b>	<b>215,51</b>	<b>1 599,4</b>

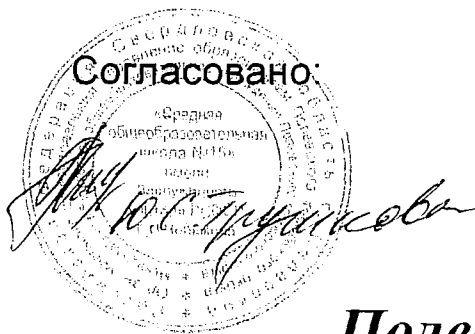
Согласовано

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева

28.10.2022 (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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,03</b>	<b>34</b>	<b>98,31</b>	<b>827,5</b>
<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
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>34</b>	<b>43</b>	<b>129,41</b>	<b>1 007,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>59,03</b>	<b>77</b>	<b>227,72</b>	<b>1 835,2</b>



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



29.10.2022 (суббота)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>	<b>668,7</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>26,55</b>	<b>39</b>	<b>122,5</b>	<b>924,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>55,84</b>	<b>59</b>	<b>210,55</b>	<b>1 592,9</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575795

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 15.03.2022 по 15.03.2023