

Согласовано:



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

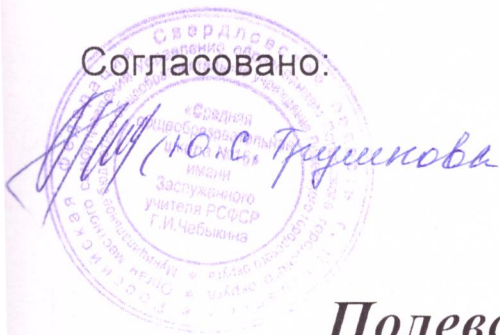


28.11.2022 (понедельник)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-------------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                                                             |         |            |           |                 |         |
| 808              | Бутерброд с маслом сливочным                                | 40      | 2,5        | 8         | 16,55           | 151,1   |
| 846              | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная<br>с маслом сливочным | 200     | 6,05       | 9         | 28,52           | 220,3   |
| 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              | Яблоки свежие                                               | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                                                             | 580     | 12,09      | 20        | 82,51           | 567,7   |
| <u>Обед</u>      |                                                             |         |            |           |                 |         |
| 1 443            | Салат из моркови с маслом растительным                      | 60      | 0,78       | 5         | 4,74            | 65,9    |
| 139              | Суп картофельный с бобовыми                                 | 200     | 3,86       | 4         | 15,35           | 112,4   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд)                         | 5       | 1,14       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 296            | Фрикасе из мяса птицы со сметанным<br>соусом                | 90      | 36,25      | 29        | 2,78            | 342,5   |
| 516              | Макаронные изделия отварные с маслом                        | 150     | 5,92       | 5         | 35,96           | 212     |
| 925              | Напиток апельсиновый*                                       | 200     | 0,2        |           | 25,73           | 95,8    |
| 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     | 50,73      | 44        | 101,02          | 921     |
| Итого за день    |                                                             | 1 325   | 62,82      | 64        | 183,53          | 1 488,7 |

Согласовано:



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



29.11.2022 (вторник)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

### Завтрак

|                  |                            |     |       |    |       |       |
|------------------|----------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 028            | Колбаска витаминная        | 90  | 17,83 | 20 | 5,93  | 227,2 |
| 600,01           | Соус сметанный с томатом   | 20  | 0,34  | 2  | 1,4   | 18,1  |
| 998              | Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 3,81  | 4  | 19,65 | 136,2 |
| 1 442            | Овощной микс               | 50  | 0,61  | 4  | 4,02  | 52,4  |
| 828              | Чай с сахаром*             | 200 |       |    | 14,97 | 59,9  |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.            | 20  | 2,13  | 1  | 8,71  | 54,8  |
| 1 148            | Хлеб ржаной                | 20  | 1,7   | 1  | 8,5   | 51,8  |
| Итого за Завтрак |                            | 500 | 26,42 | 32 | 63,18 | 600,4 |

### Обед

|               |                                       |       |       |    |        |         |
|---------------|---------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 021         | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 220   | 2,15  | 6  | 12,66  | 101,8   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)   | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 893,01        | Жаркое по-домашнему                   | 200   | 19,53 | 20 | 16,98  | 325,4   |
| 930           | Напиток Ягодка                        | 200   | 0,17  |    | 14,58  | 60,5    |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный         | 40    | 0,3   |    | 1,97   | 94      |
| 1 148         | Хлеб ржаной                           | 35    | 2,98  | 1  | 14,88  | 90,7    |
| Итого за Обед |                                       | 700   | 26,27 | 28 | 61,11  | 684,2   |
| Итого за день |                                       | 1 200 | 52,69 | 60 | 124,29 | 1 284,6 |

Одобрено:

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

30.11.2022 (среда)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 810              | Бутерброд с сыром                                   | 40      | 6,67       | 5         | 21,88           | 157,1   |
| 892              | Омлет с картофелем                                  | 120     | 8,16       | 16        | 9,42            | 219     |
| 897              | Хлеб пшеничный                                      | 40      | 4,27       | 2         | 17,42           | 109,6   |
| 686              | Чай с лимоном*                                      | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 975              | Мандарины                                           | 100     | 0,8        |           | 7,5             | 38      |
| Итого за Завтрак |                                                     | 500     | 19,96      | 23        | 71,38           | 583,6   |
| <b>Обед</b>      |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 029            | Салат из белокочанной капусты с маслом растительным | 60      | 0,96       | 4         | 5,67            | 63,8    |
| 52               | Суп рыбный «Мозаика»                                | 200     | 6,26       | 4         | 26,73           | 170,8   |
| 1 105            | Гуляш из курицы                                     | 90      | 15,31      | 20        | 3,16            | 202,6   |
| 998              | Каша гречневая рассыпчатая                          | 150     | 5,72       | 6         | 29,48           | 204,2   |
| 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    |                                                     | 740     | 30,39      | 34        | 103,49          | 853,4   |
| Итого за день    |                                                     | 1 240   | 50,35      | 57        | 174,87          | 1 437   |

Согласовано:



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



01.12.2022 (четверг)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 073            | Пудинг творожно-манный              | 120     | 15,66      | 10        | 17,44           | 227,1   |
| 1 142            | Повидло                             | 20      | 0,02       |           | 3,28            | 13,5    |
| 971              | Чай ягодный                         | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 897              | Хлеб пшеничный                      | 30      | 3,2        | 1         | 13,06           | 82,2    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                         | 25      | 2,13       | 1         | 10,63           | 64,8    |
| 976              | Яблоки свежие                       | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                                     | 515     | 21,49      | 12        | 71,14           | 503,9   |
| <u>Обед</u>      |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 113            | Суп картофельный с клецками         | 200     | 2,02       | 2         | 18,96           | 104,1   |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,14       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 107            | Биточек рыбный                      | 90      | 11,93      | 8         | 14,3            | 181,1   |
| 600,01           | Соус сметанный с томатом            | 20      | 0,34       | 2         | 1,4             | 18,1    |
| 512              | Рис припущенный                     | 150     | 3,71       | 5         | 38,9            | 212     |
| 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    | 25      | 1,91       |           | 12,47           | 61,6    |
| Итого за Обед    |                                     | 720     | 21,74      | 18        | 115,04          | 774,9   |
| Итого за день    |                                     | 1 235   | 43,23      | 30        | 186,18          | 1 278,8 |

огласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

02.12.2022 (пятница)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                             |         |            |           |                 |         |
| 851              | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным  | 200     | 6,43       | 4         | 32,03           | 238     |
| 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      | 4,02       | 12        | 28,63           | 171,3   |
| Итого за Завтрак |                                             | 500     | 12,15      | 17        | 84,13           | 521     |
| <b>Обед</b>      |                                             |         |            |           |                 |         |
| 1 015            | Суп-лапша на курином бульоне                | 200     | 3,8        | 6         | 12,49           | 113,7   |
| 829              | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100     | 10,02      | 12        | 6,87            | 151     |
| 995              | Пюре картофельное                           | 150     | 4,08       | 6         | 24,96           | 187,4   |
| 705              | Напиток из плодов шиповника                 | 200     | 0,32       |           | 18,45           | 77,7    |
| 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    |                                             | 700     | 19,98      | 24        | 74,23           | 649,6   |
| Итого за день    |                                             | 1 200   | 32,13      | 41        | 158,36          | 1 170,6 |

Согласовано:



Ю.С. Трушкова

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



03.12.2022 (суббота)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

### Завтрак

|                  |                                      |     |       |    |       |       |
|------------------|--------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 966              | Голубцы ленивые из мяса кур          | 60  | 8,09  | 9  | 3,87  | 105,1 |
| 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  |
| 975              | Мандарины                            | 100 | 0,8   |    | 7,5   | 38    |
| Итого за Завтрак |                                      | 550 | 16,12 | 15 | 70,43 | 456,7 |

### Обед

|               |                                                         |       |       |    |        |         |
|---------------|---------------------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 817           | Маринад овощной                                         | 60    | 1,11  | 6  | 6,83   | 84,6    |
| 1 048         | Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной | 200   | 1,52  | 4  | 7,38   | 73,7    |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)                     | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 283,01      | Котлета по-Хлыновски *                                  | 90    | 8,71  | 20 | 11,83  | 337,4   |
| 901           | Соус красный основной                                   | 20    | 0,2   | 1  | 1,5    | 10,4    |
| 911,01        | Каша перловая с овощами                                 | 150   | 3,31  | 8  | 22,96  | 176,2   |
| 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 |                                                         | 765   | 17,83 | 40 | 85,38  | 889,5   |
| Итого за день |                                                         | 1 315 | 33,95 | 55 | 155,81 | 1 346,2 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 6033324505102036708305559428146817986133868575795

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 15.03.2022 по 15.03.2023