

Согласовано:

Ю.С. Трушкова



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



09.01.2023 (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>						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	100	1,75	5	9,94	94,3
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>30,02</b>	<b>30</b>	<b>86,67</b>	<b>764,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>805</b>	<b>30,02</b>	<b>30</b>	<b>86,67</b>	<b>764,8</b>

Согласовано:

Ю.С. Трушкова



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



10.01.2023 (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>						
12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4	133,6
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>34,12</b>	<b>40</b>	<b>136,73</b>	<b>1 072,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>925</b>	<b>34,12</b>	<b>40</b>	<b>136,73</b>	<b>1 072,2</b>



Согласовано:

Ю.С. Трушкина

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



11.01.2023 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	1,29	7	7,85	101,9
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, тушенная в соусе красном с овощами	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	33,37	41	114,7	962,7
Итого за день		885	33,37	41	114,7	962,7



Согласовано:

Ю.С. Трушкина

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



12.01.2023 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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:

Ю.С. Трушкина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

13.01.2023 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<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	4,71	11	44,87	292,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>33,57</b>	<b>43</b>	<b>128,17</b>	<b>997,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>835</b>	<b>33,57</b>	<b>43</b>	<b>128,17</b>	<b>997,6</b>

Согласовано:

Ю.С. Трушкина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

14.01.2023 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
25	Салат "Степной" из разных овощей	100	1,39		7,23	36,8
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>27,01</b>	<b>33</b>	<b>127,52</b>	<b>889,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>865</b>	<b>27,01</b>	<b>33</b>	<b>127,52</b>	<b>889,3</b>