



Согласовано

директор  
Н.С. Трифонова  
Учитель РСФСР  
Г.И.Чебыкина

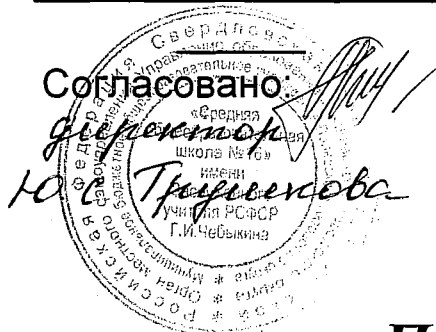
Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



16.01.2023 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 443	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 соусом	90	12,16	15	2,78	198,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>26,9</b>	<b>30</b>	<b>102,78</b>	<b>796,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>745</b>	<b>26,9</b>	<b>30</b>	<b>102,78</b>	<b>796,8</b>



Согласовано

директор  
Н.С. Трифонова  
Учитель РСФСР  
Г.И.Чебыкина

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



17.01.2023 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 021	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>26,27</b>	<b>28</b>	<b>61,11</b>	<b>684,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>26,27</b>	<b>28</b>	<b>61,11</b>	<b>684,2</b>



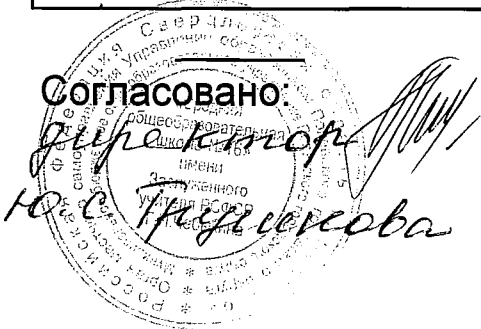
Согласовано  
 директор  
 Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

18.01.2023 (среда)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
925	Напиток апельсиновый.	200	0,2		25,73	95,8
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>740</b>	<b>30,13</b>	<b>34</b>	<b>101,73</b>	<b>833,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>740</b>	<b>30,13</b>	<b>34</b>	<b>101,73</b>	<b>833,5</b>



Согласовано  
 директор  
 Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

19.01.2023 (четверг)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 113	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>720</b>	<b>21,74</b>	<b>18</b>	<b>115,04</b>	<b>774,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>720</b>	<b>21,74</b>	<b>18</b>	<b>115,04</b>	<b>774,9</b>



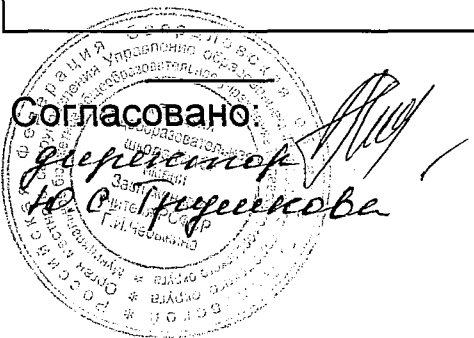
Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Е.Ю.Козырева



20.01.2023 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>19,98</b>	<b>24</b>	<b>74,23</b>	<b>649,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>19,98</b>	<b>24</b>	<b>74,23</b>	<b>649,6</b>



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



21.01.2023 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>17,83</b>	<b>40</b>	<b>85,38</b>	<b>889,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>765</b>	<b>17,83</b>	<b>40</b>	<b>85,38</b>	<b>889,5</b>