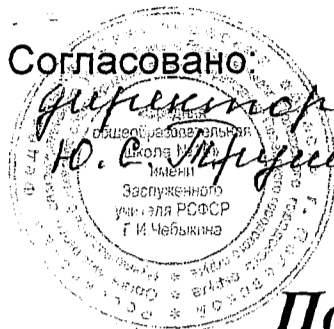


Согласовано



Ю. С. Мудимова

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



13.02.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65	275,4
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		630	13,6	22	89,64	622,8
Обед						
1 443	Салат из моркови с маслом растительным	100	1,3	8	7,9	109,9
139	Суп картофельный с бобовыми	250	4,82	5	19,18	140,5
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	100	13,51	17	3,09	220,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
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
Итого за Обед		875	30,91	37	117,28	933,5
Итого за день		1 505	44,51	59	206,92	1 556,3

Согласовано



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



15.02.2023 (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	40	6,67	5	21,88	157,1
892	Омлет с картофелем	170	11,56	23	13,34	310,2
897	Хлеб пшеничный	40	4,27	2	17,42	109,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
975	Мандарины	110	0,88		8,25	41,8
Итого за Завтрак		560	23,44	30	76,05	678,6
Обед						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	100	1,59	7	9,46	106,3
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
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
Итого за Обед		870	35,17	41	118,45	982,2
Итого за день		1 430	58,61	71	194,5	1 660,8



Согласовано:

директор

Н.С. Прудникова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



16.02.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожный	130	16,96	11	18,89	246
1 142	Повидло	35	0,03		5,74	23,7
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	35	3,73	2	15,24	95,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		550	23,75	14	79,35	559,6
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		1 405	48,53	38	213,9	1 455,2

Согласовано:
 директор
 Ю. С. Гущинова

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

18.02.2023 (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	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	110	0,88		8,25	41,8
Итого за Завтрак		560	16,2	15	71,18	460,5
Обед						
817	Маринад овощной	100	1,86	10	11,38	141
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	20,59	48	97,68	1 037,2
Итого за день		1 455	36,79	63	168,86	1 497,7