

Согласовано:  
директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



03.04.2023 (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 |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

### Завтрак

|                  |                                                 |     |       |    |       |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 815              | Бутерброд с маслом и повидлом                   | 40  | 1,76  | 3  | 21,19 | 117,2 |
| 302              | Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным | 150 | 6,36  | 6  | 32,95 | 229,5 |
| 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 |                                                 | 530 | 11,66 | 12 | 91,58 | 543   |

### Обед

|               |                                     |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 819,02        | Горошек зеленый отварной            | 60    | 1,79  | 3  | 3,75   | 50,1    |
| 84            | Суп картофельный со сметаной        | 200   | 1,4   | 3  | 11,57  | 75,8    |
| 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  |    | 20     | 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 |                                     | 705   | 29,62 | 28 | 69,6   | 678,2   |
| Итого за день |                                     | 1 235 | 41,28 | 40 | 161,18 | 1 221,2 |

Согласовано:  
директор   
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



04.04.2023 (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 |
|------------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <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                   | 150     | 3,17       | 10        | 28,29           | 213,5   |
| 828              | Чай с сахаром*                      | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 897,01           | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 20      | 0,15       |           | 0,98            | 47      |
| 1 147            | Хлеб ржаной.                        | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| Итого за Завтрак |                                     | 500     | 23,68      | 26        | 56,23           | 586,4   |
| <b>Обед</b>      |                                     |         |            |           |                 |         |
| 12 160,01        | Салат Золушка                       | 60      | 1,35       | 5         | 6,24            | 80,2    |
| 1 058            | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200     | 1,91       | 5         | 9,37            | 95      |
| 1 052            | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,14       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 131            | Шницель из мяса                     | 90      | 13,3       | 21        | 11,72           | 319,4   |
| 998              | Каша гречневая рассыпчатая          | 150     | 5,72       | 4         | 44,25           | 228,2   |
| 917,02           | Компот из ягод                      | 200     |            |           | 19,96           | 79,8    |
| 894              | Хлеб пшеничный из муки 1с           | 20      | 1,52       |           | 9,84            | 47      |
| 1 186            | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 20      | 1,53       |           | 9,98            | 49,3    |
| Итого за Обед    |                                     | 745     | 26,47      | 36        | 111,4           | 910,7   |
| Итого за день    |                                     | 1 245   | 50,15      | 62        | 167,63          | 1 497,1 |

директор   
Н. С. Трушкова

**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><u>Завтрак</u></b>   |                                           |              |             |           |                 |                |
| 810                     | Бутерброд с сыром                         | 40           | 6,67        | 5         | 21,88           | 157,1          |
| 892                     | Омлет с картофелем                        | 130          | 8,84        | 18        | 10,2            | 237,2          |
| 686                     | Чай с лимоном*                            | 200          | 0,06        |           | 15,16           | 59,9           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                              | 30           | 2,55        | 1         | 12,75           | 77,7           |
| 976                     | Яблоки свежие                             | 120          | 0,48        |           | 11,76           | 56,4           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                           | <b>520</b>   | <b>18,6</b> | <b>24</b> | <b>71,75</b>    | <b>588,3</b>   |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                           |              |             |           |                 |                |
| 951                     | Винегрет овощной с соленым огурцом        | 60           | 0,78        | 4         | 4,71            | 61,1           |
| 1 016                   | Суп-пюре овощной                          | 200          | 2,02        | 4         | 12,62           | 96,8           |
| 943                     | Гренки из пшеничного хлеба                | 15           | 1,9         |           | 11,59           | 56,4           |
| 1 079                   | Птица, тушенная в соусе красном с овощами | 90           | 16,86       | 12        | 0,84            | 127,3          |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом      | 150          | 5,92        | 5         | 35,96           | 212            |
| 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>755</b>   | <b>29,3</b> | <b>25</b> | <b>101,11</b>   | <b>751,1</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                           | <b>1 275</b> | <b>47,9</b> | <b>49</b> | <b>172,86</b>   | <b>1 339,4</b> |

Согласовано:  
директор *Ю.С. Труникова*

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

**06.04.2023 (четверг)**

### Завтрак

Обед

|               |                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|--------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 030         | Рассольник ленинградский со сметаной | 200   | 2,11  | 5  | 15,01  | 118,9   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 028         | Котлета рыбная                       | 90    | 13,81 | 9  | 10,63  | 178,1   |
| 995           | Пюре картофельное                    | 150   | 4,08  | 6  | 24,96  | 187,4   |
| 390           | Компот из свежих плодов              | 200   | 0,16  |    | 23,88  | 99,1    |
| 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 |                                      | 700   | 23,44 | 21 | 88,47  | 727,4   |
| Итого за день |                                      | 1 200 | 55,26 | 34 | 169,56 | 1 304,5 |

Согласовано:   
директор  
Н. С. Трудникова

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

**07.04.2023 (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><u>Завтрак</u></b>   |                                     |              |              |           |                 |                |
| 1 050                   | Бефстроганов*                       | 90           | 11,36        | 20        | 4,91            | 253,8          |
| 998                     | Каша гречневая рассыпчатая          | 150          | 5,72         | 4         | 44,25           | 228,2          |
| 828                     | Чай с сахаром*                      | 200          |              |           | 14,97           | 59,9           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                      | 30           | 3,2          | 1         | 13,06           | 82,2           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                        | 30           | 2,55         | 1         | 12,75           | 77,7           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                     | <b>500</b>   | <b>22,83</b> | <b>26</b> | <b>89,94</b>    | <b>701,8</b>   |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                     |              |              |           |                 |                |
| 1 152                   | Суп кудрявый с пшеном и яйцом       | 200          | 3,33         | 3         | 15,41           | 116,7          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5            | 1,14         | 1         | 0,04            | 11,8           |
| 255                     | Биточек из курицы                   | 90           | 15,06        | 17        | 13,9            | 238,3          |
| 999                     | Капуста тушеная.                    | 150          | 3,59         | 7         | 14,24           | 128            |
| 930                     | Напиток Ягодка                      | 200          | 0,17         |           | 14,58           | 60,5           |
| 894                     | Хлеб пшеничный из муки 1с           | 30           | 2,28         |           | 14,76           | 70,5           |
| 1 186                   | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 25           | 1,91         |           | 12,47           | 61,6           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                     | <b>700</b>   | <b>27,48</b> | <b>28</b> | <b>85,4</b>     | <b>687,4</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                     | <b>1 200</b> | <b>50,31</b> | <b>54</b> | <b>175,34</b>   | <b>1 389,2</b> |

Согласовано:  
директор   
Ю.С. Трушкова

Ю.Козырева

**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

|                         |                              |            |              |           |              |              |
|-------------------------|------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 297                   | Запеканка из творога с рисом | 150        | 16,47        | 12        | 22,89        | 268,5        |
| 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>500</b> | <b>23,81</b> | <b>16</b> | <b>80,42</b> | <b>579,2</b> |

***Обед***

|               |                                                     |       |       |    |        |         |
|---------------|-----------------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 25            | Салат Степной из разных овощей                      | 60    | 0,83  |    | 4,34   | 22,1    |
| 1 049         | Суп-пюре из гороха                                  | 200   | 5,59  | 2  | 15,84  | 104,9   |
| 943           | Гренки из пшеничного хлеба                          | 15    | 1,9   |    | 11,59  | 56,4    |
| 1 062         | Тефтели мясные с рисом                              | 90    | 7,54  | 17 | 9,32   | 220,9   |
| 1 011,01      | Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук) | 150   | 5,18  | 9  | 29,97  | 221,9   |
| 707,01        | Сок натуральный*                                    | 200   | 0,6   |    | 22     | 104     |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                    | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| Итого за Обед |                                                     | 735   | 23,17 | 28 | 103,04 | 779,5   |
| Итого за день |                                                     | 1 235 | 46,98 | 44 | 183,46 | 1 358,7 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067707  
Владелец Трушкова Юлия Сергеевна  
Действителен с 13.03.2023 по 12.03.2024