

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева



10.04.2023 (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	9,98	51,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		630	13,6	22	91,12	622,8
Обед						
12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4	133,6
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
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	186,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		20	115,7
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		875	37,08	25	115,91	938,7
Итого за день		1 505	50,68	47	207,03	1 561,5

Согласовано.
 директор
 Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



11.04.2023 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 027,04	Котлета Домашняя с соусом	100	24,06	14	3,65	244,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	160	6,1	6	31,44	217,8
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	9,98	51,8
Итого за Завтрак		550	34,6	26	72,77	681,6
Обед						
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	2	4	13,52	99,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 025	Жаркое по-домашнему из свинины	225	21,98	22	19,11	366,1
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,98	51,8
941	Сдоба обыкновенная	80	7,57	4	47,32	237
Итого за Обед		800	34,71	32	105,53	873,4
Итого за день		1 350	69,31	58	178,3	1 555

Согласовано

директор
Ю.С. Трушкова

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



12.04.2023 (среда)

Полевской ШУ 5-1 кл 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	30	0,28		14,97	84,6
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		560	19,05	28	77,11	668,2

Обед

1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	100	1,83	9	29,75	208
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,15	4	17,91	140,9
1 024	Гуляш из мяса птицы	100	18,82	7	6,59	255,4
1 000	Каша перловая рассыпчатая	180	5,63	6	40,17	239,9
925	Напиток мандариновый или	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	34,31	26	131,11	1 036,3
Итого за день		1 430	53,36	54	208,22	1 704,5

Согласовано
 директор
 Ю.С. Трескина

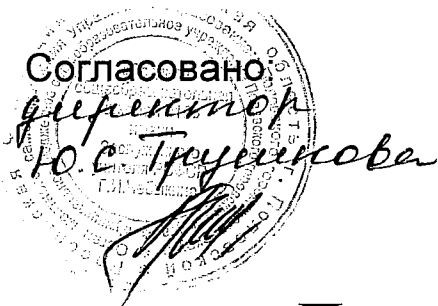
Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Ю. Козырева



13.04.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 066,01	Сырники	150	16,5	16	29,87	339
902	Молоко сгущеное	25	1,78	1	13,8	73,8
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	150	6,36	6	32,95	229,5
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	35	3,73	2	15,24	95,9
Итого за Завтрак		560	28,47	25	106,83	798,1
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	4,01	5	42,01	229,1
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
445	Гребешок с повидлом	60	4,61	2	40,01	192,7
Итого за Обед		855	28,01	22	154,01	995
Итого за день		1 415	56,48	47	260,84	1 793,1



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



14.04.2023 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,98	51,8
678,01	Бисквит яблочный	80	4,02	6	22,23	139,3
Итого за Завтрак		550	13,76	11	87,22	548,5
Обед						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	4,75	8	15,61	142,2
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	10,02	12	6,87	151
995	Пюре картофельное	180	4,4	6	26,96	202,4
705	Напиток из плодов шиповника	200	32		1 845,2	7 766
897,01	Хлеб пшеничный 1 с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
1 190	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
Итого за Обед		830	58,55	32	1 924,09	8 507,6
Итого за день		1 380	72,31	43	2 011,31	9 056,1

Согласовано
 директор
 Ю.С. Трифонов

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



15.04.2023 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 316,01	Котлета с капустой	50	4,25	4	4,5	126,4
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	1,52		9,84	47
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		560	12,43	10	78,72	512,1
Обед						
817	Маринад овощной	100	1,86	10	11,38	141
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	6	10,11	105,4
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
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	23,64	47	106,38	1 084
Итого за день		1 455	36,07	57	185,1	1 596,1