

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
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>13,6</b>	<b>22</b>	<b>91,12</b>	<b>622,8</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>37,08</b>	<b>25</b>	<b>115,91</b>	<b>938,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 505</b>	<b>50,68</b>	<b>47</b>	<b>207,03</b>	<b>1 561,5</b>

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
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>34,6</b>	<b>26</b>	<b>72,77</b>	<b>681,6</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>34,71</b>	<b>32</b>	<b>105,53</b>	<b>873,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 350</b>	<b>69,31</b>	<b>58</b>	<b>178,3</b>	<b>1 555</b>

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>19,05</b>	<b>28</b>	<b>77,11</b>	<b>668,2</b>

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>34,31</b>	<b>26</b>	<b>131,11</b>	<b>1 036,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 430</b>	<b>53,36</b>	<b>54</b>	<b>208,22</b>	<b>1 704,5</b>

Согласовано  
 директор  
 Ю.С. Трескина

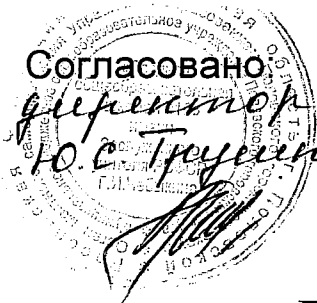
Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Ю. Козырева



13.04.2023 (четверг)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>28,47</b>	<b>25</b>	<b>106,83</b>	<b>798,1</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>28,01</b>	<b>22</b>	<b>154,01</b>	<b>995</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>56,48</b>	<b>47</b>	<b>260,84</b>	<b>1 793,1</b>



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
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>13,76</b>	<b>11</b>	<b>87,22</b>	<b>548,5</b>
<b>Обед</b>						
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 1с 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>830</b>	<b>58,55</b>	<b>32</b>	<b>1 924,09</b>	<b>8 507,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 380</b>	<b>72,31</b>	<b>43</b>	<b>2 011,31</b>	<b>9 056,1</b>

Согласовано  
 директор  
 Ю.С. Трифонов

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.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
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>12,43</b>	<b>10</b>	<b>78,72</b>	<b>512,1</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>23,64</b>	<b>47</b>	<b>106,38</b>	<b>1 084</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 455</b>	<b>36,07</b>	<b>57</b>	<b>185,1</b>	<b>1 596,1</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067707

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 13.03.2023 по 12.03.2024