

Согласовано

Утверждаю директор

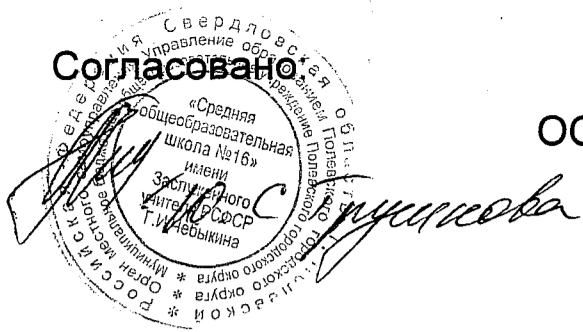
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

24.04.2023 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></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	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	80	0,32		7,84	37,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>590</b>	<b>13,44</b>	<b>22</b>	<b>85,72</b>	<b>604</b>
<b><u>Обед</u></b>						
12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4	133,6
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,87	6	21,42	156,3
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	136,3
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	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>38,4</b>	<b>27</b>	<b>124,08</b>	<b>908,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 465</b>	<b>51,84</b>	<b>49</b>	<b>209,8</b>	<b>1 512,4</b>



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

25.04.2023 (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	75	18,05	10	2,74	183,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
1 442	Овощной микс	55	2,41	4	11,03	91,7
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	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>33,35</b>	<b>23</b>	<b>93,17</b>	<b>730,9</b>
<b>Обед</b>						
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	225	13,67	31	27,9	448,1
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
941	Сдоба обыкновенная	80	7,57	4	47,32	237
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>29,61</b>	<b>44</b>	<b>125,71</b>	<b>1 005,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 350</b>	<b>62,96</b>	<b>67</b>	<b>218,88</b>	<b>1 736,6</b>



Согласовано

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева

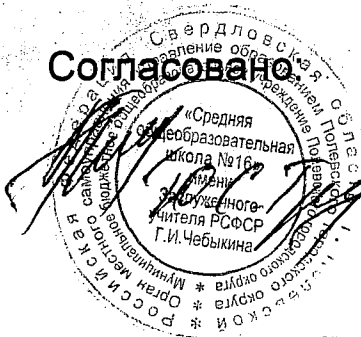


26.04.2023 (среда)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	6,67	5	21,88	157,1
892	Омлет с картофелем	170	11,6	14	16,38	241,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976	Яблоки свежие	80	0,32		7,84	37,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>23,63</b>	<b>20</b>	<b>88,65</b>	<b>646</b>
<b>Обед</b>						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	100	1,83	9	29,75	208
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,67	4	18,13	132,1
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 апельсиновый	200	0,2		25,73	95,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>36,47</b>	<b>27</b>	<b>138,63</b>	<b>1 031,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>60,1</b>	<b>47</b>	<b>227,28</b>	<b>1 677,4</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



27.04.2023 (четверг)

## Полевской ШУ 5-1 кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,01	**Сырники	150	16,5	16	29,87	339
902	Молоко сгущеное	25	1,98	2	13,6	80,3
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>28,67</b>	<b>26</b>	<b>106,63</b>	<b>804,6</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	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	229,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,7	1	8,5	51,8
445	Гребешок с повидлом	60	4,61	2	40,01	192,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>29,59</b>	<b>22</b>	<b>168,75</b>	<b>996,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>58,26</b>	<b>48</b>	<b>275,38</b>	<b>1 801,2</b>

Согласовано

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



28.04.2023 (пятница)

## Полеской ШУ 5-11 кл 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	8,5	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>85,74</b>	<b>548,5</b>
<b>Обед</b>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	135,2
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	9,14	17	7,31	216,4
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,7	1	8,5	51,8
1 190	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
	<b>Итого за Обед</b>	<b>830</b>	<b>28,34</b>	<b>35</b>	<b>111,95</b>	<b>899,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 380</b>	<b>42,1</b>	<b>46</b>	<b>197,69</b>	<b>1 447,8</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



29.04.2023 (суббота)

### Полевской ШУ 5-1 кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 316,03	**Котлета с капустой с соусом	75	15,58	25	0,13	290,1
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	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976	Яблоки свежие	80	0,32		7,84	37,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,63</b>	<b>31</b>	<b>79,48</b>	<b>712,8</b>
<b>Обед</b>						
817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28	128
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	16,57	16	10,49	282,2
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>33,4</b>	<b>42</b>	<b>119,78</b>	<b>1 031,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 445</b>	<b>59,03</b>	<b>73</b>	<b>199,26</b>	<b>1 744,2</b>