

Согласовано



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



02.05.2023 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 316,01	**Котлета с капустой	100	8,5	7	9	252,7
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		510	15,27	19	71,87	642,1
<u>Обед</u>						
12 160,01	Салат Золушка	60	1,35	5	6,24	80,2
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
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	7,55	6	39,35	240,8
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		745	29,19	39	107,81	940,4
Итого за день		1 255	44,46	58	179,68	1 582,5

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева



03.05.2023 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

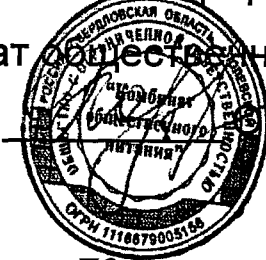
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	40	6,67	5	21,88	157,1
892	Омлет с картофелем	130	8,87	11	12,53	184,4
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	80	0,32		7,84	37,6
Итого за Завтрак		500	20,05	17	80,55	563,4
<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
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
925	Напиток мандариновый или апельсиновый	200	0,2		25,73	95,8
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		755	31,7	26	110,95	757,9
Итого за день		1 255	51,75	43	191,5	1 321,3

Согласовано:

Директор
Трушкова Ю.С.



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

04.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 020	**Плов с мясом птицы	240	22,33	27	46,42	455,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	27,37	28	88,97	665,9
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	16,22	9	11,05	193,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		700	27,48	21	97,34	708,6
Итого за день		1 200	54,85	49	186,31	1 374,5

Согласовано:

директор
Трущикова Ю. С.



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



05.05.2023 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 050,01	**Бефстроганов	90	11,29	34	5,38	368,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	23,82	41	87,09	819,8
<u>Обед</u>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 308	**Котлета куриная	100	32,82	41	0,35	365,7
999	Капуста тушеная	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		710	45,58	53	71,29	814,7
Итого за день		1 210	69,4	94	158,38	1 634,5

Согласовано
Директор
Гриценков Ю.С.



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.05.2023 (суббота)

Полетской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка из творога с рисом	150	16,57	12	22,93	273,7
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
902	Молоко сгущеное	40	3,16	3	21,76	128,4
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	26,26	18	97,24	676,1
Обед						
25	Салат Степной из разных овощей	60	1,14	6	5,27	81,5
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,16	2	18,06	108
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	10,85	21	7,19	262,3
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		735	27,65	39	106,33	904,2
Итого за день		1 235	53,91	57	203,57	1 580,3