





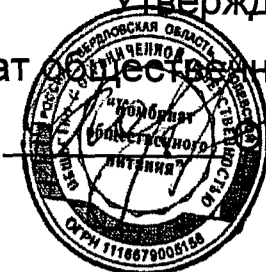
Согласовано

директор  
Трушкова Ю.С.



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

04.05.2023 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 020	**Плов с мясом птицы	280	26,05	31	54,16	531,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>31,93</b>	<b>32</b>	<b>101,28</b>	<b>767</b>
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	18,03	10	12,28	215,2
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>34,48</b>	<b>27</b>	<b>126,41</b>	<b>877,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>66,41</b>	<b>59</b>	<b>227,69</b>	<b>1 644,4</b>

Согласовано:

*Трушкова Ю.С.*  
Уполномоченная  
по учебно-методической  
работе  
Школа № 16  
Заслуженного  
учителя РСФСР  
г. Ижевска

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

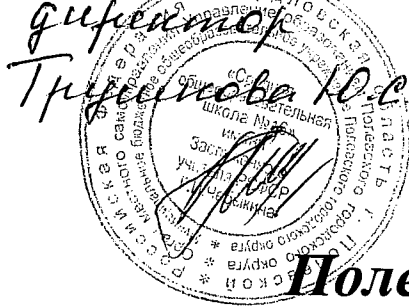


05.05.2023 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050,01	**Бефстроганов	100	12,55	37	5,98	409,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>27,4</b>	<b>45</b>	<b>100,44</b>	<b>933,2</b>
<b>Обед</b>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,19	4	20,68	138,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная	180	4,3	8	17,09	153,6
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
838	Крендель песочный с сахаром	60	4,71	11	44,87	292,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>34,52</b>	<b>44</b>	<b>131,23</b>	<b>1 022,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>61,92</b>	<b>89</b>	<b>231,67</b>	<b>1 955,8</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева



06.05.2023 (суббота)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 297	Запеканка из творога с рисом	200	22,09	17	30,57	364,9
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>31,78</b>	<b>23</b>	<b>104,88</b>	<b>767,3</b>
<b>Обед</b>						
25	Салат Степной из разных овощей	100	1,9	10	8,79	135,8
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,7	2	22,57	135
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7,99	291,4
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96	266,2
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>32,2</b>	<b>47</b>	<b>121,15</b>	<b>1 058,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>63,98</b>	<b>70</b>	<b>226,03</b>	<b>1 826,2</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067707

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 13.03.2023 по 12.03.2024