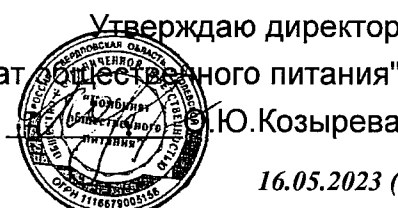
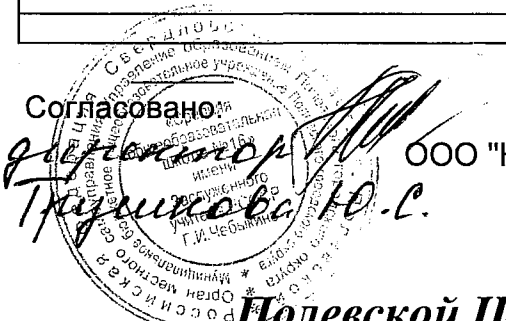


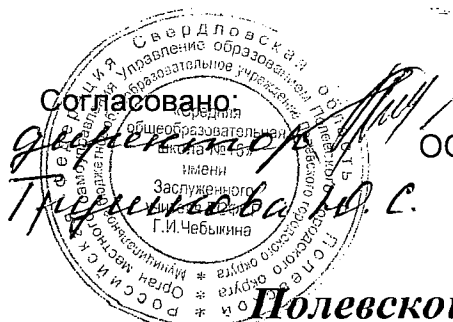
Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93	306
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	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		580	13,77	14	102,56	619,5
Обед						
999	Салат Бурячок	100	1,1	15	5,53	162,7
84	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	130,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 021	**Рагу из мяса птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		805	32,66	42	99,76	873,3
Итого за день		1 385	46,43	56	202,32	1 492,8



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	100	8,5	7	9	252,7
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94	256,2
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		560	17,56	20	86,65	734,9
Обед						
12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4	133,6
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	100	14,78	24	13,02	354,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
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
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
Итого за Обед		925	36,59	50	154,24	1 256,7
Итого за день		1 485	54,15	70	240,89	1 991,6



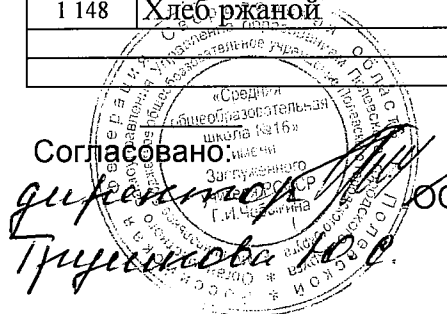
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



17.05.2023 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл 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	11,6	14	16,38	241,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		550	21,2	19	78,84	582,4
Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	2,41	7	9,71	112,8
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	58,1
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	13	0,93	141,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
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		885	36,23	32	125,28	883,8
Итого за день		1 435	57,43	51	204,12	1 466,2



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



18.05.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		550	31,93	32	101,28	767
Обед						
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	18,88	14	12,28	252,6
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
Итого за Обед		835	35,33	31	126,41	914,8
Итого за день		1 385	67,26	63	227,69	1 681,8

Согласовано

Григорьева Н.С.
 директор
 «Средняя общеобразовательная школа №10 с. Полевской»
 Заслуженного учителя Г.О.Ф.С.Р.
 Г.И.Чебыкина

Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

19.05.2023 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		550	27,4	45	100,44	933,2
Обед						
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
Итого за Обед		835	34,52	44	131,23	1 022,6
Итого за день		1 385	61,92	89	231,67	1 955,8

Согласовано

Григорьева Н.С.
 директор
 «Средняя общеобразовательная школа №10 с. Полевской»
 Заслуженного учителя Г.О.Ф.С.Р.
 Г.И.Чебыкина

Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

20.05.2023 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		550	31,78	23	104,88	767,3
Обед						
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
Итого за Обед		865	32,2	47	121,15	1 058,9
Итого за день		1 415	63,98	70	226,03	1 826,2

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067707

Владелец Трушкова Юлия Сергеевна

Действителен с 13.03.2023 по 12.03.2024