



**11.09.2023 (понедельник)**

| № рецептуры          | Наименование блюда                          | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал      |
|----------------------|---------------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <b>Обед</b>          |                                             |            |              |           |               |              |
| 12 160,01            | Салат Золушка                               | 60         | 1,35         | 5         | 6,24          | 80,2         |
| 139                  | Суп картофельный с бобовыми                 | 200        | 4,7          | 4         | 17,18         | 125,3        |
| 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 | 90         | 16,45        | 5         | 2,98          | 122,7        |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом        | 150        | 5,92         | 5         | 35,96         | 220,4        |
| 928                  | Компот из смеси сухофруктов                 | 200        | 0,46         |           | 27,49         | 115,7        |
| 897                  | Хлеб пшеничный                              | 20         | 1,62         |           | 9,76          | 48,4         |
| 1 148                | Хлеб ржаной                                 | 20         | 1,7          | 1         | 8,5           | 51,8         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                             | <b>745</b> | <b>33,34</b> | <b>21</b> | <b>108,15</b> | <b>776,3</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                             | <b>745</b> | <b>33,34</b> | <b>21</b> | <b>108,15</b> | <b>776,3</b> |



**12.09.2023 (вторник)**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                      | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|----------------|-----------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <i>Обед</i>    |                                         |            |              |           |                 |              |
| 1 021          | Борщ с капустой, картофелем и сметаной  | 200        | 3,03         | 6         | 13,87           | 118          |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)     | 5          | 1,14         | 1         | 0,04            | 11,8         |
| 1 025          | <b>**Жаркое по-домашнему из свинины</b> | 220        | 13,36        | 31        | 27,28           | 438,1        |
| 930            | Напиток Ягодка                          | 200        | 0,12         |           | 14,85           | 61,1         |
| 897            | Хлеб пшеничный                          | 40         | 3,24         |           | 19,52           | 96,8         |
| 1 148          | Хлеб ржаной                             | 35         | 2,98         | 1         | 14,88           | 90,7         |
|                | <b>Итого за Обед</b>                    | <b>700</b> | <b>23,87</b> | <b>39</b> | <b>90,44</b>    | <b>816,5</b> |
|                | <b>Итого за день</b>                    | <b>700</b> | <b>23,87</b> | <b>39</b> | <b>90,44</b>    | <b>816,5</b> |



**13.09.2023 (среда)**

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>          |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 024                | Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью | 60      | 0,96       | 3         | 6,06            | 56,3    |
| 1 017,01             | Суп картофельный с рыбой                            | 200     | 3,72       | 2         | 15,91           | 101,7   |
| 1 024                | **Гуляш из мяса птицы                               | 90      | 16,94      | 6         | 5,93            | 229,8   |
| 995                  | Пюре картофельное                                   | 150     | 3,29       | 5         | 22,09           | 147,7   |
| 925                  | Напиток апельсиновый или                            | 200     | 0,2        |           | 25,73           | 105,2   |
| 897                  | Хлеб пшеничный                                      | 20      | 1,62       |           | 9,76            | 48,4    |
| 1 148                | Хлеб ржаной                                         | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                     | 740     | 28,43      | 17        | 93,98           | 740,9   |
| <b>Итого за день</b> |                                                     | 740     | 28,43      | 17        | 93,98           | 740,9   |

Согласовано

Ю.С. Трудинова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

14.09.2023 (четверг)

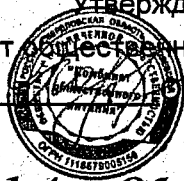
Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

| № рецептуры   | Наименование блюда           | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| Обед          |                              |         |         |        |            |         |
| 1 015         | Суп-лапша на курином бульоне | 200     | 4,44    | 4      | 12,6       | 126,4   |
| 1 107         | Биточек рыбный               | 90      | 11,93   | 8      | 14,3       | 181,1   |
| 600,01        | Соус сметанный с томатом     | 30      | 0,42    | 2      | 2,02       | 23,7    |
| 512           | Рис припущенный              | 150     | 3,35    | 5      | 35,01      | 220,5   |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов  | 200     | 0,46    | 1      | 27,49      | 115,7   |
| 897           | Хлеб пшеничный               | 30      | 2,43    | 1      | 14,64      | 72,6    |
| 1 148         | Хлеб ржаной                  | 25      | 2,13    | 1      | 10,63      | 64,8    |
| Итого за Обед |                              | 725     | 25,16   | 20     | 116,69     | 804,8   |
| Итого за день |                              | 725     | 25,16   | 20     | 116,69     | 804,8   |

Согласовано

Ю.С. Трудинова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

15.09.2023 (пятница)

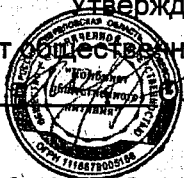
Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| Обед          |                                     |         |         |        |            |         |
| 1 113         | Суп картофельный с клецками         | 200     | 2,02    | 2      | 18,96      | 104,1   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,14    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 907           | Тефтели мясные с луком              | 90      | 12,61   | 13     | 12,46      | 215,2   |
| 901           | Соус красный основной               | 30      | 0,21    | 2      | 2,25       | 23,6    |
| 1 000         | Каша перловая рассыпчатая           | 150     | 4,69    | 5      | 33,48      | 199,9   |
| 705           | Напиток из плодов шиповника         | 200     | 0,68    | 1      | 25,63      | 120,6   |
| 897           | Хлеб пшеничный                      | 20      | 1,62    | 1      | 9,76       | 48,4    |
| 1 148         | Хлеб ржаной                         | 20      | 1,7     | 1      | 8,5        | 51,8    |
| Итого за Обед |                                     | 715     | 24,67   | 24     | 111,08     | 775,4   |
| Итого за день |                                     | 715     | 24,67   | 24     | 111,08     | 775,4   |

Согласовано

Ю.С. Трудинова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

16.09.2023 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-----------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| Обед          |                                               |         |         |        |            |         |
| 817           | Маринад овощной                               | 60      | 0,57    | 6      | 4,97       | 76,8    |
| 124           | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200     | 1,65    | 5      | 8,08       | 84,3    |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5       | 1,14    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 283,01      | Котлета по-Хлыновски *                        | 90      | 14,92   | 11     | 9,44       | 229,7   |
| 901           | Соус красный основной                         | 20      | 0,14    | 1      | 1,5        | 15,7    |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая                    | 150     | 7,55    | 6      | 39,35      | 240,8   |
| 912           | Компот из свежих яблок                        | 200     | 0,16    | 1      | 23,88      | 99,1    |
| 897           | Хлеб пшеничный                                | 20      | 1,62    | 1      | 9,76       | 48,4    |
| 1 148         | Хлеб ржаной                                   | 20      | 1,7     | 1      | 8,5        | 51,8    |
| Итого за Обед |                                               | 765     | 29,45   | 31     | 105,52     | 858,4   |
| Итого за день |                                               | 765     | 29,45   | 31     | 105,52     | 858,4   |