



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



02.10.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,6	1	10,94	84,8
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	180	7,63	7	39,54	275,4
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		560	12,24	8	91,85	549,1

Обед						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
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
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		716	23,13	37	113,51	920,9
Итого за день		1 276	35,37	45	205,36	1 470



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



03.10.2023 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
891	Омлет запеченный или паровой	200	20,46	24	3,7	314,3
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	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		500	31,31	28	67,54	666,5

Обед						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
836	Огурцы свежие порционно	40	0,32		5,04	22
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
866	Суфле из печени	90	10,5	7	0,09	192,1
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		756	23,57	19	91,74	736,2
Итого за день		1 256	54,88	47	159,28	1 402,7

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



04.10.2023 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭП ккал
Завтрак						
1 066,01	**Сырники	60	5,6	6	11,95	135,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	240	8,97	6	32,54	225,5
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		550	19,68	14	84,98	557,8
Обед						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
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		696	30,21	31	103,85	808,3
Итого за день		1 246	49,89	45	188,83	1 366,1

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



05.10.2023 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭП ккал
Завтрак						
1 020	**Плов с мясом птицы	230	21,4	26	44,49	436,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	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		500	27,25	27	91,92	671,1
Обед						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
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
1 027,03	**Шницель мясной	100	2,73	27	4,04	271,3
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	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		736	15,61	39	94,66	814,7
Итого за день		1 236	42,86	66	186,58	1 485,8



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



06.10.2023 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	11,04	9	47,6	291
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		580	15,83	15	101,38	593,2
Обед						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,75	3	11,02	80,3
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	10,85	21	7,19	262,3
998	Капа гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
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		756	31,27	33	131,29	972,7
Итого за день		1 336	47,1	48	232,67	1 565,9



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



07.10.2023 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
851	Капа пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	60	4,5	6	44,64	244,2
Итого за Завтрак		500	18,09	15	109,31	734,4
Обед						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	15	3,43	3	0,13	35,3
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	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		736	49,1	55	78,39	875,4
Итого за день		1 236	67,19	70	187,7	1 609,8