

Согласовано.
 директор
 Ю.С. Гудымова

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

02.10.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
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
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,41	28	4,07	310,3
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
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
Итого за Обед		776	22,99	41	110,67	951,5
Итого за день		776	22,99	41	110,67	951,5

Согласовано.
 директор
 Ю.С. Гудымова

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

03.10.2023 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
866	Суфле из печени	100	11,67	7	0,1	213,4
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
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		846	25,99	22	99,46	814,4
Итого за день		846	25,99	22	99,46	814,4

Согласовано:
 директор
 Ю.С. Труфанова

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

04.10.2023 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100	1,25	5	18,37	133,8
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	23	0,93	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
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		885	35,01	40	132,64	1 038,6
Итого за день		885	35,01	40	132,64	1 038,6

Согласовано:
 директор
 Ю.С. Труфанова

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

05.10.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	6	10,11	105,4
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	180	3,95	6	26,51	177,2
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
941	Сдоба обыкновенная	75	7,1	3	44,37	222,2
Итого за Обед		891	23,78	44	145,48	1 087,5
Итого за день		891	23,78	44	145,48	1 087,5

Согласовано:

директор
Ю.С. Гуденко

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.10.2023 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100	1,25	5	18,37	133,8
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7,99	291,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
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		886	36,03	38	151,84	1 130,6
Итого за день		886	36,03	38	151,84	1 130,6

Согласовано:

директор
Ю.С. Гуденко

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



07.10.2023 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,19	4	20,68	138,3
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	180	4,3	8	17,09	153,6
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
449,07	Кралька домашняя	75	7	10	47,92	305,6
Итого за Обед		891	57,65	67	133,3	1 234,2
Итого за день		891	57,65	67	133,3	1 234,2