

Согласовано

И.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

04.12.2023 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
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	100	18,27	5	3,31	136,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
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		775	36,17	19	113,74	785,1
Итого за день		775	36,17	19	113,74	785,1

Согласовано

И.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

05.12.2023 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	220	13,36	31	27,28	438,1
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	45	3,65		21,96	108,9
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
948	Шаньга со сметаной	70	6,12	4	31,12	146,1
Итого за Обед		830	31,58	44	129,59	1 017,1
Итого за день		830	31,58	44	129,59	1 017,1

Согласовано:

*Ю.С. Трушкова*Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

06.12.2023 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 024	Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью	100	1,6	5	10,09	93,9
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	250	4,65	3	19,88	127,1
1 024	**Гуляш из мяса птицы	100	18,82	7	6,59	255,4
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
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
Итого за Обед		870	32,54	22	107,06	859
Итого за день		870	32,54	22	107,06	859

Согласовано:

*Ю.С. Трушкова*Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

07.12.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	158
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89	201,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
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
445	Гребешок с повидлом	70	5,38	2	46,68	224,8
Итого за Обед		860	32,25	23	167,43	1 080,3
Итого за день		860	32,25	23	167,43	1 080,3

Согласовано:

*Ю.С. Трубилова*Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Ю. Козырева

08.12.2023 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
907	Тефтели мясные с луком	100	14,01	14	13,84	239,1
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
1 000	Каша перловая рассыпчатая	180	5,63	6	40,17	239,9
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
941	Сдоба обыкновенная	75	7,1	3	44,37	222,2
Итого за Обед		880	34,61	30	168,26	1 087,5
Итого за день		880	34,61	30	168,26	1 087,5

Согласовано:

*Ю.С. Трубилова*Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Ю. Козырева

09.12.2023 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28	128
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
1 283,01	Котлета по-Хлыновски	100	16,57	13	10,49	255,2
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
912	Компот из свежих яблок	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
Итого за Обед		895	33,4	39	119,78	1 004,4
Итого за день		895	33,4	39	119,78	1 004,4