

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

12.02.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 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 | 200 | 8,47 | 8 | 43,93 | 306 |
| 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 | | 580 | 13,08 | 9 | 96,24 | 579,7 |
| 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 | 1,15 | 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 | 23 | 41 | 110,67 | 951,5 |
| Итого за день | | 1 356 | 36,08 | 50 | 206,91 | 1 531,2 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

13.02.2024 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 3,36 | 2 | 12,33 | 84 |
| 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 | 29,67 | 27 | 63,46 | 632,7 |
| Обед | | | | | | |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 250 | 2,97 | 7 | 16,43 | 137 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 027,16 | **Котлета куриная Сливочная | 100 | 13,33 | 11 | | 180 |
| 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 | 40 | 3,24 | | 19,52 | 96,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 12,75 | 77,7 |
| Итого за Обед | | 806 | 32,45 | 27 | 115,03 | 870,8 |
| Итого за день | | 1 306 | 62,12 | 54 | 178,49 | 1 503,5 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



14.02.2024 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 3,36 | 2 | 12,33 | 84 |
| 852 | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 280 | 10,47 | 8 | 37,96 | 263,1 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 14,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,24 | | 19,52 | 96,8 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 17,17 | 10 | 84,78 | 503,8 |
| Обед | | | | | | |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| 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 |
| 1 182 | Манник | 100 | 6,69 | 8 | 61,66 | 345,2 |
| Итого за Обед | | 886 | 40,46 | 43 | 175,96 | 1 250,2 |
| Итого за день | | 1 436 | 57,63 | 53 | 260,74 | 1 754 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



15.02.2024 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № 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 | 40 | 3,24 | | 19,52 | 96,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 12,75 | 77,7 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 31,9 | 32 | 101,59 | 766,1 |
| 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 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 027,03 | **Шницель рубленный мясной | 100 | 1,51 | 15 | 2,25 | 150,7 |
| 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 | 22,57 | 32 | 143,69 | 966,9 |
| Итого за день | | 1 441 | 54,47 | 64 | 245,28 | 1 733 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

16.02.2024 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 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 | 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 |
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 100 | 1,75 | 5 | 9,91 | 94,4 |
| 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 | 36,53 | 38 | 143,38 | 1 091,2 |
| Итого за день | | 1 466 | 52,36 | 53 | 244,76 | 1 684,4 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

17.02.2024 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 851 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 250 | 8,04 | 4 | 40,04 | 297,5 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | | 14,64 | 72,6 |
| 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 | | 560 | 20,51 | 15 | 122,2 | 818,1 |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 3,44 | 3 | 0,13 | 35,3 |
| 1 308,02 | **Биточек куриный | 100 | 16,41 | 21 | 0,18 | 182,9 |
| 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 | 41,25 | 47 | 133,13 | 1 051,4 |
| Итого за день | | 1 451 | 61,76 | 62 | 255,33 | 1 869,5 |