

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

12.02.2024 (понедельник)

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
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		776	23	41	110,67	951,5

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

13.02.2024 (вторник)

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
1 058	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		806	32,45	27	115,03	870,8

Согласовано:

директор
Ю.С. Трущенко

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

14.02.2024 (среда)

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
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		886	40.46	43	175.96	1 250.2

Согласовано:

директор
Ю.С. Трущенко

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

15.02.2024 (четверг)

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
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 рубленый 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	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		851	19.25	32	125.43	866.7
Итого за день		851	19.25	32	125.43	866.7

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

16.02.2024 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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		886	36,53	38	143,38	1 091,2

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

17.02.2024 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	3,44	3	0,13	35,3
1 308,02	**Бигочек 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		891	41,25	47	133,13	1 051,4