

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушков



Утверждаю директор

"Комбинат общественного питания"  
Ю.Ю. Козырева



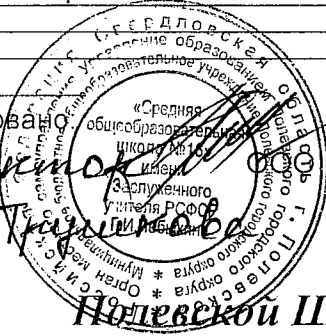
19.02.2024 (понедельник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	220	6,66	10	31,37	242,3
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>14,25</b>	<b>13</b>	<b>81,81</b>	<b>510,6</b>
<b>Обед</b>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	125,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296.01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	16,45	5	2,98	122,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>706</b>	<b>33,66</b>	<b>16</b>	<b>111,05</b>	<b>746,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 206</b>	<b>47,91</b>	<b>29</b>	<b>192,86</b>	<b>1 256,9</b>

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушков



Утверждаю директор

"Комбинат общественного питания"  
Ю.Ю. Козырева



20.02.2024 (вторник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
895	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	200	2,61	4	20,69	222,2
1 066.01	**Сырники	70	7,7	7	13,94	158,2
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>510</b>	<b>13,51</b>	<b>13</b>	<b>70,24</b>	<b>552,9</b>
<b>Обед</b>						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>23,89</b>	<b>39</b>	<b>90,47</b>	<b>816,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 211</b>	<b>37,4</b>	<b>52</b>	<b>160,71</b>	<b>1 369,6</b>

Согласовано

Ю. С. Трушкова



Утверждаю директор

"Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



21.02.2024 (среда)

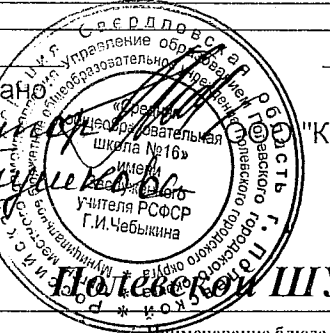
Целевой ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 141	Печенье детское (конд изд)	70	5,25	7	52,08	284,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		500	15,53	14	137,83	671,7

<b>Обед</b>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 024	Салат из белокачанной капусты с яблоками и морковью	60	0,96	3	6,06	56,3
1 017.01	Суп картофельный с рыбой	200	3,72	2	15,91	101,7
1 024	**Гуляш из мяса птицы	90	16,94	6	5,93	229,8
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
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
<b>Итого за Обед</b>		741	28,69	17	95,75	751,5
<b>Итого за день</b>		1 241	44,22	31	233,58	1 423,2

Согласовано

Ю. С. Трушкова



Утверждаю директор

"Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



22.02.2024 (четверг)

Целевой ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	230	9,75	9	50,52	351,9
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	14,97	15	97,42	621,9

<b>Обед</b>						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4
1 107	Биточек рыбный	90	11,93	8	14,3	181,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
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
<b>Итого за Обед</b>		701	23,53	19	107,28	749,4
<b>Итого за день</b>		1 201	38,5	34	204,7	1 371,3

Согласовано:  
 директор  
 Н.С. Труфанова

Утверждаю директор  
 "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю. Козырева

23.02.2024 (пятница)

**Подлесской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,79	3	28,83	214,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>11,25</b>	<b>5</b>	<b>77,65</b>	<b>462,9</b>

<b>Обед</b>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 113	Суп картофельный с клецками	200	5,18	4	22,16	142,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
907	Тефтели мясные с луком	90	12,61	13	12,46	215,2
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
1 000	Каша перловая рассыпчатая	150	4,69	5	33,48	199,9
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>716</b>	<b>27,84</b>	<b>26</b>	<b>114,29</b>	<b>814,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 266</b>	<b>39,09</b>	<b>31</b>	<b>191,94</b>	<b>1 277,1</b>

Согласовано:  
 директор  
 Н.С. Труфанова

Утверждаю директор  
 "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю. Козырева

24.02.2024 (суббота)

**Подлесской ШУ 1-4кл Комплекс 217 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 027	**Котлета Домашняя	70	9,33	8		126
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
678.01	Бисквит яблочный	80	4,02	6	22,23	139,3
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	<b>21,09</b>	<b>20</b>	<b>84,61</b>	<b>609,7</b>

<b>Обед</b>						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
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	1,15	1	0,04	11,8
1 283.01	Котлета по-Хлыновски	90	14,92	11	9,44	229,7
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>766</b>	<b>29,47</b>	<b>31</b>	<b>105,55</b>	<b>858,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 306</b>	<b>50,56</b>	<b>51</b>	<b>190,16</b>	<b>1 468,3</b>