

Согласовано директор Ю.С. Трушков

Утверждаю директор Ю.С. Трушков

«Комбинат общественного питания» Ю.С. Козырева



19.02.2024 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 232 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
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
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>480</b>	<b>13,64</b>	<b>12</b>	<b>78,96</b>	<b>488,6</b>

<b>Обед</b>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
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	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>776</b>	<b>36,18</b>	<b>19</b>	<b>113,75</b>	<b>785,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 256</b>	<b>49,82</b>	<b>31</b>	<b>192,71</b>	<b>1 273,8</b>



Согласовано директор Ю.С. Трушков

Утверждаю директор Ю.С. Трушков

«Комбинат общественного питания» Ю.С. Козырева

20.02.2024 (вторник)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 232 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	200	7,51	7	41,1	263,3
1 066.01	**Сырники	70	7,7	7	13,94	158,2
902	Молоко сгущеное	30	2,37	3	16,32	96,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>20,01</b>	<b>17</b>	<b>100,97</b>	<b>650,3</b>

<b>Обед</b>						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
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	1,15	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	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>831</b>	<b>31,6</b>	<b>44</b>	<b>129,62</b>	<b>1 017,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 361</b>	<b>51,61</b>	<b>61</b>	<b>230,59</b>	<b>1 667,6</b>

Согласовано  
директор  
Ю.С. Трудилова



Утверждаю директор  
Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



21.02.2024 (среда)

**Полеской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб**

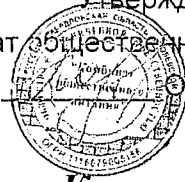
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	70	5,25	7	52,08	284,9
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,53</b>	<b>14</b>	<b>137,83</b>	<b>671,7</b>

<b>Обед</b>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
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
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>		<b>871</b>	<b>32,8</b>	<b>22</b>	<b>108,83</b>	<b>869,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 371</b>	<b>48,33</b>	<b>36</b>	<b>246,66</b>	<b>1 541,3</b>

Согласовано  
директор  
Ю.С. Трудилова



Утверждаю директор  
Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



22.02.2024 (четверг)

**Полеской ШУ 5-11кл Комплекс 232 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	280	11,86	11	61,51	428,5
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>		<b>550</b>	<b>17,08</b>	<b>17</b>	<b>108,41</b>	<b>698,5</b>

<b>Обед</b>						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
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
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
445	Гребешок с повидлом	70	5,38	2	46,68	224,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>861</b>	<b>32</b>	<b>23</b>	<b>165,7</b>	<b>1 070</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 411</b>	<b>49,08</b>	<b>40</b>	<b>274,11</b>	<b>1 768,5</b>

Согласовано

Утверждаю директор

Ю.С. Трушкин

Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

23.02.2024 (пятница)

## Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 232 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>

## Обед

0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 113	Суп картофельный с клецками	250	6,48	5	27,7	178,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>881</b>	<b>38,58</b>	<b>32</b>	<b>172,27</b>	<b>1 136</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 431</b>	<b>49,83</b>	<b>37</b>	<b>249,92</b>	<b>1 598,9</b>

Согласовано

Утверждаю директор

Ю.С. Трушкин

Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

24.02.2024 (суббота)

## Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 232 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	180	7,1	6	43,16	264,5
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>570</b>	<b>22,27</b>	<b>21</b>	<b>91,81</b>	<b>653,8</b>

## 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	1,15	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>33,41</b>	<b>39</b>	<b>119,78</b>	<b>1 004,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 465</b>	<b>55,68</b>	<b>60</b>	<b>211,59</b>	<b>1 658,2</b>