

Согласовано:
Трушкова И.С.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



08.04.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 302 | Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным | 200 | 8,62 | 8 | 49,88 | 304,1 |
| 686 | Чай с лимоном* | 200 | 0,06 | | 15,16 | 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 | | 570 | 13,09 | 9 | 101,72 | 545,4 |
| Обед | | | | | | |
| 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 | | 775 | 22,99 | 41 | 110,64 | 951,3 |
| Итого за день | | 1 345 | 36,08 | 50 | 212,36 | 1 496,7 |

Согласовано:
Трушкова И.С.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



09.04.2024 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 40 | 2,13 | 1 | 14,59 | 113,1 |
| 891 | Омлет запеченный или паровой | 200 | 20,46 | 24 | 3,7 | 314,3 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,24 | | 19,52 | 96,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 27,53 | 26 | 61,28 | 635,9 |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 775 | 29,98 | 27 | 101,01 | 796,4 |
| Итого за день | | 1 275 | 57,51 | 53 | 162,29 | 1 432,3 |

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

10.04.2024 (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 | | 12,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,24 | | 19,52 | 96,8 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 17,17 | 10 | 82,78 | 503,8 |
| Обед | | | | | | |
| 1 016 | Суп-пюре овощной | 250 | 2,53 | 5 | 15,78 | 147,5 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 1 022 | **Птица, тушенная в соусе красном с овощами | 100 | 18,73 | 23 | 9,34 | 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 |
| Итого за Обед | | 780 | 33,12 | 35 | 118,78 | 884,8 |
| Итого за день | | 1 330 | 50,29 | 45 | 201,56 | 1 388,6 |

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

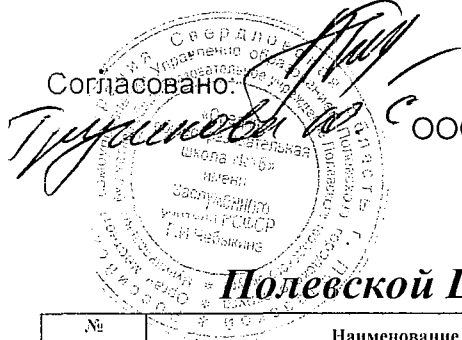
Ю.Козырева

11.04.2024 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 819.02 | Горошек зеленый отварной | 50 | 1,49 | 3 | 3,13 | 41,7 |
| 1 020 | **Плов с мясом птицы | 230 | 21,4 | 26 | 44,49 | 436,7 |
| 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 | 28,74 | 30 | 95,05 | 712,8 |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 15,14 | 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 |
| Итого за Обед | | 775 | 25,78 | 29 | 81,05 | 644,4 |
| Итого за день | | 1 325 | 54,52 | 59 | 176,1 | 1 357,2 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

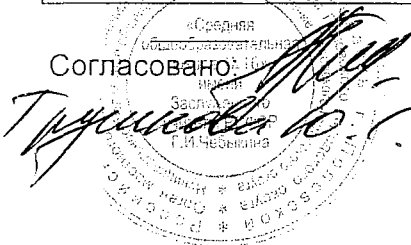


12.04.2024 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 334 | Макаронные изделия запеченные с | 250 | 22,14 | 17 | 59,5 | 363,8 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | | 14,64 | 72,6 |
| 1 141 | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,75 | 5 | 26,17 | 203,5 |
| Итого за Завтрак | | 530 | 28,32 | 22 | 115,28 | 699,8 |
| Обед | | | | | | |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 250 | 7,71 | 2 | 22,63 | 135,4 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 1 308.02 | **Биточек куриный | 100 | 16,41 | 21 | | 182,9 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 7 | 47,22 | 289 |
| 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 | | 780 | 38,26 | 31 | 123,41 | 863,2 |
| Итого за день | | 1 310 | 66,58 | 53 | 238,69 | 1 563 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.04.2024 (суббота)

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 |
| 851 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 200 | 6,43 | 4 | 32,03 | 238 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 |
| 976 | Яблоки свежие | 120 | 0,48 | | 11,76 | 56,4 |
| Итого за Завтрак | | 570 | 13,97 | 9 | 78,87 | 579,6 |
| Обед | | | | | | |
| 1 152 | Суп кудрявый с пшеном и яйцом | 250 | 4,19 | 4 | 20,68 | 138,3 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 027.15 | **Тефтель мясной с рисом | 100 | 12 | 10 | | 162 |
| 999 | Капуста тушеная | 180 | 4,3 | 8 | 17,09 | 153,6 |
| 930 | Напиток Ягодка | 200 | 0,12 | | 14,85 | 61,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| 449.07 | Кралька домашняя | 60 | 5,6 | 8 | 38,34 | 244,5 |
| Итого за Обед | | 835 | 30,68 | 32 | 109,26 | 871,5 |
| Итого за день | | 1 405 | 44,65 | 41 | 188,13 | 1 451,1 |