

Согласовано

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"Ю.Козырева  
02.09.2024 (понедельник)**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
450.02	Маффин шоколадный ®	40	1,56	12	25	40
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	5,61	7	34,85	226,2
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>11,07</b>	<b>21</b>	<b>93,41</b>	<b>432,7</b>

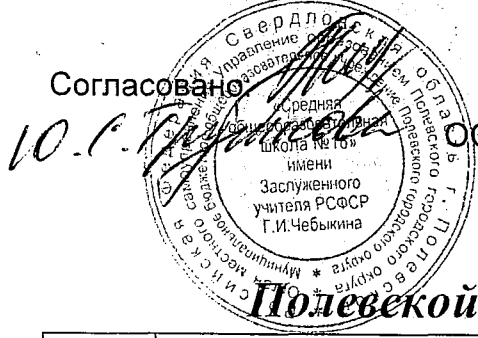
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,12	5	15,02	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437.06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>25,16</b>	<b>36</b>	<b>98,39</b>	<b>770,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>36,23</b>	<b>57</b>	<b>191,8</b>	<b>1 203</b>

Согласовано

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"Ю.Козырева  
10.09.2024 (вторник)**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>12,14</b>	<b>11</b>	<b>91,9</b>	<b>567,1</b>

<b>Обед</b>						
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
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	90	12	10		162
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>735</b>	<b>25,53</b>	<b>25</b>	<b>93,41</b>	<b>748,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 235</b>	<b>37,67</b>	<b>36</b>	<b>185,31</b>	<b>1 315,9</b>



Согласовано

Утверждаю директор

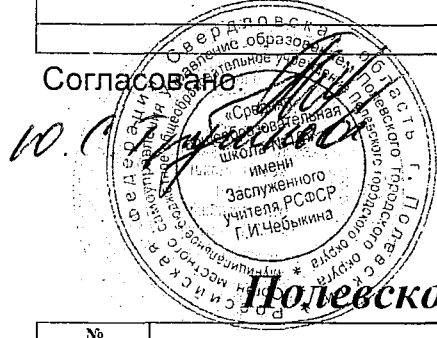
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

11.09.2024 (среда)

**Подлеской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,01	**Блинчики	60	3,3	3	21,3	129,5
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	176
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>510</b>	<b>13,39</b>	<b>12</b>	<b>92,53</b>	<b>510,3</b>
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>33</b>	<b>32</b>	<b>110,81</b>	<b>787,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>46,39</b>	<b>44</b>	<b>203,34</b>	<b>1 298</b>



Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

12.09.2024 (четверг)

**Подлеской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>11,05</b>	<b>11</b>	<b>74,92</b>	<b>479,8</b>
<b>Обед</b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>17,02</b>	<b>22</b>	<b>85,62</b>	<b>619,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 260</b>	<b>28,07</b>	<b>33</b>	<b>160,54</b>	<b>1 099,1</b>

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

13.09.2024 (пятница)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61	158,2
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	16,32	96,3
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	6	26,84	182
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,6</b>	<b>18</b>	<b>90,49</b>	<b>630,4</b>
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,36	109,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	200	18,61	22	38,69	379,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>655</b>	<b>26,28</b>	<b>30</b>	<b>89,1</b>	<b>715,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 155</b>	<b>44,88</b>	<b>48</b>	<b>179,59</b>	<b>1 345,5</b>

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

14.09.2024 (суббота)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	17,71	13	47,6	291
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>25,65</b>	<b>16</b>	<b>113,3</b>	<b>618,1</b>
<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,15	**Тефтели мясной с рисом	100	12	10		162
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>725</b>	<b>27,2</b>	<b>25</b>	<b>85,63</b>	<b>707,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>52,85</b>	<b>41</b>	<b>198,93</b>	<b>1 325,5</b>