

Согласовано:
 директор
 Ю.С. Гришилова



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

11.11.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 250 | 3,78 | 6 | 25,23 | 137,9 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 437,06 | **Гуляш из мяса свинины | 100 | 11,21 | 28 | 3,86 | 240,2 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,77 | 6 | 49,16 | 255,3 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 14,63 | 64,8 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 791 | 29,26 | 43 | 125 | 856,2 |
| Итого за день | | 791 | 29,26 | 43 | 125 | 856,2 |

Согласовано:
 директор
 Ю.С. Гришилова



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

12.11.2024 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| 1 027,09 | **Шницель мясной Домашний | 90 | 1,23 | 12 | 1,82 | 122,1 |
| 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 |
| 483 | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 826 | 16,61 | 32 | 130,52 | 895,9 |
| Итого за день | | 826 | 16,61 | 32 | 130,52 | 895,9 |

Согласовано

директор
Ю.Б. Трушков

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева



13.11.2024 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 039 | Суп с вермишелью | 250 | 2,42 | 2 | 17,43 | 100,8 |
| 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 | 100 | 18,73 | 23 | 9,34 | 231,4 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 9 | 52,62 | 289 |
| 390 | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | | 23,88 | 99,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 14,63 | 64,8 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 791 | 36,87 | 37 | 134,02 | 879,3 |
| Итого за день | | 791 | 36,87 | 37 | 134,02 | 879,3 |

Согласовано

директор
Ю.Б. Трушков

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева



14.11.2024 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|----------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 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 |
| 1 024 | **Гуляш из курицы | 90 | 16,94 | 6 | 5,93 | 229,8 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,97 | 12 | 44,61 | 276 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 781 | 34,93 | 22 | 124,74 | 875,2 |
| Итого за день | | 781 | 34,93 | 22 | 124,74 | 875,2 |

Согласовано:
 директор
 Ю. В. Трудинова



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

15.11.2024 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 280 | 2,13 | 7 | 10,3 | 153,5 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 020 | **Плов с мясом птицы | 230 | 21,4 | 26 | 44,49 | 436,7 |
| 483 | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 45 | 4,82 | 2 | 24,08 | 123,3 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 40 | 3,4 | 1 | 23,4 | 103,6 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 801 | 33 | 37 | 122,6 | 908,9 |
| Итого за день | | 801 | 33 | 37 | 122,6 | 908,9 |

Согласовано:
 директор
 Ю. В. Трудинова



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

16.11.2024 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|----------------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| 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 |
| 1 027,23 | **Котлета Пожарская | 90 | 12,9 | 10 | | 162 |
| 1 126 | Соус томатный | 30 | 0,18 | 1 | 1,73 | 16,7 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 9 | 52,62 | 289 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 796 | 30,2 | 30 | 109,23 | 783,1 |
| Итого за день | | 796 | 30,2 | 30 | 109,23 | 783,1 |