

Согласовано

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

18.11.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 6 | 6,36 | 99,3 |
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 220 | 5,96 | 6 | 37,22 | 193,6 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 15,38 | 14 | 81,98 | 459,4 |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| 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 | 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 | 34,75 | 19 | 117,81 | 796,3 |
| Итого за день | | 1 291 | 50,13 | 33 | 199,79 | 1 255,7 |

Согласовано
 директор
 Ю.В. Пургина

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева



19.11.2024 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 066,02 | **Сырники с яблоком | 80 | 8,8 | 9 | 15,93 | 180,8 |
| 902 | Молоко сгущенное | 20 | 1,58 | 2 | 10,88 | 64,2 |
| 842 | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 200 | 4,48 | 4 | 35,08 | 198,4 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| Итого за Завтрак | | 520 | 17 | 16 | 88,59 | 562 |
| Обед | | | | | | |
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 6 | 6,36 | 99,3 |
| 1 016 | Суп-пюре овощной | 250 | 2,53 | 5 | 15,78 | 147,5 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 1 027,23 | **Котлета Пожарская | 90 | 12,9 | 10 | | 162 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,77 | 6 | 49,16 | 255,3 |
| 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 | | 821 | 34,99 | 29 | 122,87 | 898,1 |
| Итого за день | | 1 341 | 51,99 | 45 | 211,46 | 1 460,1 |

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

20.11.2024 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 330,01 | **Блинчики | 60 | 3,3 | 3 | 21,3 | 129,5 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | 13,5 |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 220 | 5,61 | 7 | 34,85 | 226,2 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| Итого за Завтрак | | 530 | 12,24 | 11 | 91,48 | 511,3 |
| 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 |
| 1 308,02 | **Биточек куриный | 90 | 14,77 | 19 | | 164,6 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,97 | 12 | 44,61 | 276 |
| 483 | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 |
| 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 | | 781 | 29,12 | 41 | 112,96 | 826,9 |
| Итого за день | | 1 311 | 41,36 | 52 | 204,44 | 1 338,2 |

Согласовано



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



21.11.2024 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 40 | 2,18 | 1 | 22,13 | 103,4 |
| 892 | Омлет с картофелем | 200 | 13,65 | 17 | 19,28 | 283,6 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 35 | 3,75 | 2 | 18,73 | 95,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 14,63 | 64,8 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 21,71 | 21 | 90,77 | 611,5 |
| Обед | | | | | | |
| 1 098 | Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной | 250 | 1,85 | 4 | 8,01 | 71,9 |
| 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 |
| 930 | Напиток Ягодка | 200 | 0,12 | | 14,85 | 61,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 17,55 | 77,7 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 791 | 26,71 | 40 | 109,49 | 788,5 |
| Итого за день | | 1 291 | 48,42 | 61 | 200,26 | 1 400 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

22.11.2024 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|------------|--------------|----------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 976 | Яблоки свежие | 120 | 0,48 | | 11,76 | 88 |
| 851 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 200 | 9,63 | 8 | 32,03 | 238 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| Итого за Завтрак | | 540 | 12,25 | 9 | 70,49 | 444,6 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 80 | 1,4 | 4 | 7,93 | 75,5 |
| 1 015 | Суп-лапша на курином бульоне | 250 | 5,48 | 6 | 15,3 | 137,6 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 308 | **Котлета куриная | 90 | 16,41 | 21 | 0,18 | 182,9 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 9 | 52,62 | 289 |
| 1 126 | Соус томатный | 30 | 0,18 | 1 | 1,73 | 16,7 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | | 25,63 | 120,6 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 876 | 38,21 | 44 | 125,86 | 940,9 |
| Итого за день | | 1 416 | 50,46 | 53 | 196,35 | 1 385,5 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



23.11.2024 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 141 | Печенье детское (конд изд) | 60 | 4,5 | 6 | 31,4 | 244,2 |
| 846 | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 200 | 6,05 | 9 | 28,52 | 220,3 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 4,28 | 2 | 21,4 | 109,6 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 14,83 | 17 | 97,32 | 637,9 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 77 | Икра кабачковая | 50 | 0,51 | 2 | 2,6 | 28,2 |
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 1,91 | 6 | 9,2 | 137,1 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 018 | **Плов со свиной | 200 | 12,76 | 24 | 46,92 | 469,7 |
| 930 | Напиток Ягодка | 200 | 0,12 | | 14,85 | 61,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 35 | 3,75 | 2 | 18,73 | 95,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 17,55 | 77,7 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 771 | 22,75 | 36 | 109,9 | 881,6 |
| Итого за день | | 1 271 | 37,58 | 53 | 207,22 | 1 519,5 |