Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

_____ О.Ю.Козырева

25.11.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	6	6,36	99,3
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	5,61	7	34,85	226,2
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
	Итого за Завтрак	500	15,02	15	83,87	511,9
	Обед					
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	3,02	5	20,18	110,4
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	5	40,96	212,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
	Итого за Обед	686	24,57	38	103,08	721,6
	Итого за день	1 186	39,59	53	186,95	1 233,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

_____ О.Ю.Козырева

26.11.2024 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
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			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
	Итого за Завтрак	500	12,14	11	97,93	567,1
	Обед					
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	6	6,36	99,3
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
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
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	746	29,22	31	99,3	813,9
	Итого за день	1 246	41,36	42	197,23	1 381

Согласовано

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

27.11.2024 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	176
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		5,85	25,9
	Итого за Завтрак	510	11,83	10	90,96	459,6
	Обед					
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	7	43,85	240,8
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	701	33,01	33	120,84	787,9
	Итого за день	1 211	44,84	43	211,8	1 247,5

Согласовано

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

28.11.2024 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
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			16	63,8
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	560	11,05	11	78,95	479,8
	Обед					
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	10	37,17	230
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	701	17,02	26	108,66	694,4
	Итого за день	1 261	28,07	37	187,61	1 174,2

Согласовано

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

29.11.2024 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
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 пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	5	26,84	182
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
	Итого за Завтрак	500	18,6	17	98,52	630,4
	Обед					
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	220	1,68	5	8,1	120,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	35	3,75	2	18,73	95,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
	Итого за Обед	701	28,77	33	105,33	784,8
	Итого за день	1 201	47,37	50	203,85	1 415,2

Согласовано

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

30.11.2024 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	17,71	20	47,6	291
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
	Итого за Завтрак	500	25,65	23	119,33	618,1
	Обед					
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
1 027,23	**Котлета Пожарская	90	12,9	10		162
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	43,85	240,8
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	716	28,1	26	97,17	707,5
	Итого за день	1 216	53,75	49	216,5	1 325,6