

Согласовано

директор  
Ю.С. Труфанов



ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



09.12.2024 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>686</b>	<b>24,57</b>	<b>38</b>	<b>103,08</b>	<b>721,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>686</b>	<b>24,57</b>	<b>38</b>	<b>103,08</b>	<b>721,6</b>

Согласовано

директор  
Ю.С. Труфанов



ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



10.12.2024 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 633,33	Маффин ванильный	40	2,87	9	23,34	189,6
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>746</b>	<b>26,61</b>	<b>34</b>	<b>116,28</b>	<b>904,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>746</b>	<b>26,61</b>	<b>34</b>	<b>116,28</b>	<b>904,2</b>



Согласовано  
директор  
Ю.С. Труфанов



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



13.12.2024 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	245	1,87	6	9,02	134,4
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	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>26,5</b>	<b>33</b>	<b>92,37</b>	<b>731,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>701</b>	<b>26,5</b>	<b>33</b>	<b>92,37</b>	<b>731,6</b>

Согласовано  
директор  
Ю.С. Труфанов



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



14.12.2024 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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	10	0,85		5,85	25,9
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>706</b>	<b>27,25</b>	<b>25</b>	<b>91,32</b>	<b>681,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>706</b>	<b>27,25</b>	<b>25</b>	<b>91,32</b>	<b>681,6</b>