

Согласовано

Утверждаю директор

директор
Ю.С. Труфанов

"Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

10.03.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 139 | Суп картофельный с бобовыми | 210 | 4,94 | 5 | 18,04 | 131,6 |
| 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 @ | 90 | 16,45 | 5 | 2,98 | 122,7 |
| 512 | Рис припущенный | 160 | 3,25 | 3 | 26,68 | 235,2 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 705 | 29,72 | 16 | 88,4 | 687,7 |
| Итого за день | | 705 | 29,72 | 16 | 88,4 | 687,7 |

Согласовано

Утверждаю директор

директор
Ю.С. Труфанов

"Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

11.03.2025 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 210 | 2,22 | 6 | 16,61 | 115,9 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 319,01 | Шницель из мяса птицы @ | 90 | 3,3 | 6 | 19,99 | 150,1 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 160 | 6,91 | 3 | 41,29 | 226,9 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 705 | 17,52 | 18 | 114,33 | 671,2 |
| Итого за день | | 705 | 17,52 | 18 | 114,33 | 671,2 |

Согласовано

Утверждаю директор

директор
Ю.С. Труфанов

"Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

12.03.2025 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 4 | 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 |
| 1 308,02 | Биточек куриный @ | 90 | 14,77 | 19 | | 164,6 |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 3,31 | 8 | 27,17 | 210 |
| 483 | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,61 | 1 | 8,03 | 41,1 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 7,28 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 715 | 30,72 | 39 | 83,01 | 763,5 |
| Итого за день | | 715 | 30,72 | 39 | 83,01 | 763,5 |

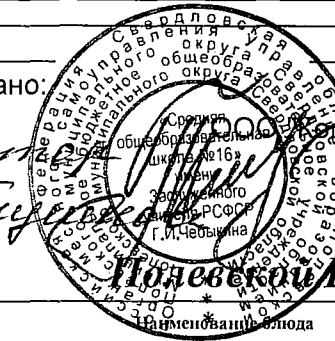
Согласовано: *директор Ю.С. Труфанов* Утверждаю директор Комбинат общественного питания Ю.Козырева
13.03.2025 (четверг)



Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 139,09 | Суп гороховый | 210 | 4,94 | 5 | 18,04 | 131,6 |
| 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 | 160 | 6,91 | 3 | 41,29 | 226,9 |
| 912 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | | 23,88 | 99,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 705 | 27,08 | 36 | 107,12 | 792,1 |
| Итого за день | | 705 | 27,08 | 36 | 107,12 | 792,1 |

Согласовано: *директор Ю.С. Труфанов* Утверждаю директор Комбинат общественного питания Ю.Козырева
14.03.2025 (пятница)



Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 60 | 1,05 | 3 | 5,95 | 56,6 |
| 1 015 | Суп-лапша на курином бульоне | 200 | 4,38 | 5 | 12,24 | 110 |
| 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 | 150 | 7,55 | 10 | 39,85 | 240,8 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 765 | 35,34 | 43 | 105,64 | 845,1 |
| Итого за день | | 765 | 35,34 | 43 | 105,64 | 845,1 |

Согласовано: *директор Ю.С. Труфанов* Утверждаю директор Комбинат общественного питания Ю.Козырева
15.03.2025 (суббота)



Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром. производства | 50 | 0,6 | 7 | 3,7 | 48,5 |
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 210 | 1,6 | 4 | 7,73 | 115,2 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 018 | Плов со свининой | 200 | 12,76 | 24 | 46,92 | 469,7 |
| 930 | Напиток Ягодка 200 | 200 | 0,12 | | 14,85 | 61,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 7,28 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 700 | 19,65 | 37 | 91,22 | 800 |
| Итого за день | | 700 | 19,65 | 37 | 91,22 | 800 |