

Согласовано:  
 И.О. Федорова  
 Директор  
 Подпись

Утверждаю директор  
 "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

31.03.2025 (понедельник)

Подлевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
806,13	Маффин ванильный	40	5,48	4	6,36	103
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
686,02	Чай с лимоном @ 200	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>19,39</b>	<b>17</b>	<b>76,77</b>	<b>499,7</b>

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
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
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
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>24,2</b>	<b>37</b>	<b>92,78</b>	<b>741,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>43,59</b>	<b>54</b>	<b>169,55</b>	<b>1 240,9</b>

Согласовано:  
 И.О. Федорова  
 Директор  
 Подпись

Утверждаю директор  
 "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

01.04.2025 (вторник)

Подлевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	230	6,36	10	30,13	276
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>14,39</b>	<b>15</b>	<b>71,79</b>	<b>535,2</b>

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
806,13	Маффин ванильный	40	5,48	4	6,36	103
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 Особая @	90	12	10	7,2	162
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5
686,02	Чай с лимоном @ 200	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>725</b>	<b>27,19</b>	<b>26</b>	<b>79,69</b>	<b>752,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>41,58</b>	<b>41</b>	<b>151,48</b>	<b>1 288</b>

Согласовано:  
 И.О. Федорова  
 Директор  
 Подпись

Утверждаю директор  
 "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

02.04.2025 (среда)

Подлевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,01	Блинчики @	50	2,75	3	17,75	107,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	190	5,15	5	32,14	186,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>11,76</b>	<b>10</b>	<b>84,54</b>	<b>478,1</b>

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	220	2,13	2	15,34	88,7
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	10	39,85	240,8
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>31,69</b>	<b>36</b>	<b>107,92</b>	<b>759,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>43,45</b>	<b>46</b>	<b>192,46</b>	<b>1 237,4</b>

Согласовано:  
 И.О. директор  
 Полевская В.С.



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

03.04.2025 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	190	6,39	8	27,35	210,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>8,97</b>	<b>9</b>	<b>59,8</b>	<b>407,7</b>
<b>Обед</b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	210	6,48	2	19,01	113,7
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,13	Котлета Деревенская @	90	12	10		162
995	Пюре картофельное	150	3,31	8	27,17	210
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>27,03</b>	<b>22</b>	<b>90,39</b>	<b>696,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>36</b>	<b>31</b>	<b>150,19</b>	<b>1 104,2</b>

Согласовано:  
 И.О. директор  
 Полевская В.С.



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

04.04.2025 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	220	19,48	22	37,7	320,1
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>25,5</b>	<b>25</b>	<b>84,54</b>	<b>394</b>
<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	215	2,55	6	14,13	117,8
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
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>16,81</b>	<b>25</b>	<b>96,84</b>	<b>648,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>42,31</b>	<b>50</b>	<b>181,38</b>	<b>1 242,3</b>

Согласовано:  
 И.О. директор  
 Полевская В.С.



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

05.04.2025 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,01	Сырники @	65	4,55	4	9,91	97,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	5	30,42	206,2
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>495</b>	<b>14,62</b>	<b>11</b>	<b>80,01</b>	<b>488,4</b>
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	240	1,83	5	8,83	131,6
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
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>26,84</b>	<b>32</b>	<b>87,47</b>	<b>726,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 195</b>	<b>41,46</b>	<b>43</b>	<b>167,48</b>	<b>1 214,5</b>