

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

06.10.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 039          | Суп с вермишелью                    | 250     | 2,42       | 2         | 17,43           | 100,8   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 018          | Плов со свиной                      | 250     | 20,12      | 46        | 60,98           | 639,3   |
| 1 242          | Морс ягодный                        | 200     | 0,24       |           | 27,7            | 114,3   |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                     | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                        | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                     | 755     | 28,09      | 50        | 130,48          | 991,5   |
| Итого за день  |                                     | 755     | 28,09      | 50        | 130,48          | 991,5   |

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

07.10.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                      |         |            |           |                 |         |
| 139            | Суп картофельный с бобовыми          | 250     | 5,88       | 6         | 21,48           | 166,6   |
| 1 308.02       | Биточек куриный                      | 90      | 16,74      | 18        |                 | 191,7   |
| 1 126          | Соус томатный                        | 20      | 0,12       | 1         | 1,16            | 11,1    |
| 516            | Макаронные изделия отварные с маслом | 180     | 7,61       | 5         | 45,44           | 262,1   |
| 928            | Компот из смеси сухофруктов          | 200     | 0,35       |           | 24,36           | 101,7   |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                      | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                         | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                      | 790     | 34,86      | 31        | 116,77          | 858,5   |
| Итого за день  |                                      | 790     | 34,86      | 31        | 116,77          | 858,5   |

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

08.10.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 992            | Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье | 50      | 0,75       | 3         | 4,56            | 44,5    |
| 1 030          | Рассольник ленинградский со сметаной              | 250     | 2,7        | 6         | 17,8            | 139,2   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 027,13       | Котлета Деревенская                               | 90      | 14,69      | 12        | 8,5             | 199,9   |
| 1 126          | Соус томатный                                     | 20      | 0,12       | 1         | 1,16            | 11,1    |
| 998            | Каша гречневая рассыпчатая                        | 180     | 11,19      | 7         | 58,35           | 341,5   |
| 705            | Напиток из плодов шиповника                       | 200     | 0,68       |           | 27,62           | 128,6   |
| 894,01         | Хлеб пшеничный.                                   | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                                      | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                                   | 845     | 35,44      | 31        | 142,36          | 1 001,9 |
| Итого за день  |                                                   | 845     | 35,44      | 31        | 142,36          | 1 001,9 |

Согласовано:

директор

Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

09.10.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                     | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|----------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>   |                                        |         |         |        |            |         |
| 1 021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250     | 1,91    | 7      | 13,68      | 124,4   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 319,01      | Шницель из мяса птицы                  | 90      | 33,04   | 6      | 19,99      | 150,1   |
| 1 126         | Соус томатный                          | 20      | 0,12    | 1      | 1,16       | 11,1    |
| 995           | Пюре картофельное                      | 180     | 3,91    | 6      | 26,44      | 176,3   |
| 1 188         | Чай с сахаром                          | 200     |         |        | 16         | 63,8    |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                        | 25      | 2,03    |        | 12,2       | 60,5    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                           | 25      | 2,13    | 1      | 12,13      | 64,8    |
| Итого за Обед |                                        | 795     | 44,29   | 22     | 101,64     | 662,8   |
| Итого за день |                                        | 795     | 44,29   | 22     | 101,64     | 662,8   |

Согласовано:

директор

Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

10.10.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-----------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>   |                                               |         |         |        |            |         |
| 1 024         | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250     | 1,9     | 6      | 9,14       | 132,5   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 023         | Фрикасе из мяса птицы с соусом                | 100     | 17,33   | 5      | 3,31       | 132,2   |
| 512           | Рис припущенный                               | 180     | 4,32    | 7      | 44,46      | 264,5   |
| 912           | Компот из свежих яблок                        | 200     | 0,16    |        | 23,88      | 99,1    |
| 897           | Хлеб пшеничный                                | 30      | 3,21    | 1      | 16,05      | 85,2    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                                  | 25      | 2,13    | 1      | 12,13      | 64,8    |
| Итого за Обед |                                               | 790     | 30,2    | 21     | 109,01     | 790,1   |
| Итого за день |                                               | 790     | 30,2    | 21     | 109,01     | 790,1   |

Согласовано:

директор

Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

11.10.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|--------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>   |                                      |         |         |        |            |         |
| 1 058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной  | 250     | 2,54    | 6      | 17,28      | 136,7   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 308,04      | Котлета Полтавская                   | 90      | 14,76   | 19     | 1,58       | 164,6   |
| 1 126         | Соус томатный                        | 20      | 0,12    | 1      | 1,16       | 11,1    |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом | 180     | 7,61    | 5      | 45,44      | 262,1   |
| 1 188         | Чай с сахаром                        | 200     |         |        | 16         | 63,8    |
| 894,01        | Хлеб пшеничный.                      | 30      | 2,43    |        | 14,64      | 72,6    |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                         | 25      | 2,13    | 1      | 12,13      | 64,8    |
| Итого за Обед |                                      | 800     | 30,74   | 33     | 108,27     | 787,5   |
| Итого за день |                                      | 800     | 30,74   | 33     | 108,27     | 787,5   |