

Согласовано:

директор
Ю. С. Труфанов

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю. Ю. Козырева

13.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн. кал.
<u>Завтрак</u>						
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7.03	9	39.61	282
1141.09	Печенье детское	60	4.5	6	34	241.2
1188	Чай с сахаром	200			16	63.8
894.01	Хлеб пшеничный.	40	3.24		19.52	96.8
Итого за Завтрак		550	14.77	15	109.13	686.8
<u>Обед</u>						
1049	Суп-пюре из гороха	250	7.71	3	22.58	141.6
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1.3		7.81	40
1027.13	Котлета Деревенская	90	14.69	12	8.5	199.9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7.61	5	45.44	262.1
1242	Море ягодный	200	0.24		27.7	114.3
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2.03		12.2	60.5
1147	Хлеб ржаной.	25	2.13	1	12.13	64.8
Итого за Обед		780	35.71	21	136.36	883.2
Итого за день		1330	50.48	36	245.49	1570

Согласовано:

директор
Ю. С. Труфанов

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю. Ю. Козырева

14.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн. кал.
<u>Завтрак</u>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	250	6.78	7	42.29	245
1188	Чай с сахаром	200			16	63.8
450.05	Маффин ванильный	60	6.21	6	44.16	259.5
897	Хлеб пшеничный	40	4.28	2	21.4	113.6
Итого за Завтрак		550	17.27	15	123.85	681.9
<u>Обед</u>						
1175	Рассольник домашний со сметаной	250	2.27	6	13.85	130.9
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1.15	1	0.04	11.8
1020	Плов с мясом птицы	250	15.72	15	48.42	386.8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0.35		24.36	101.7
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2.03		12.2	60.5
1147	Хлеб ржаной.	25	2.13	1	12.13	64.8
Итого за Обед		755	23.65	23	111	746.5
Итого за день		1305	40.92	38	234.85	1428.4

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева



15.10.2025

Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	240	7,21	9	30,27	240,3
739.01	Слойка с творогом	90	6,61	12	54,13	353,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		550	15,96	22	111,1	714,6
Обед						
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
1 237	Птица запеченная	100	22,98	39	1,22	378,8
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
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		785	34,27	54	70,23	836,8
Итого за день		1 335	50,23	76	181,33	1 551,4

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

16.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн ккал
<u>Завтрак</u>						
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	210	14.04	13	51.01	360
1 188	Чай с сахаром	200			16	63.8
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2.03		12.2	60.5
976	Яблоки свежие	120	0.48		11.76	88
Итого за Завтрак		555	16.55	13	91	572.3
<u>Обед</u>						
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
1 308.02	Биточек куриный	90	16.74	18		191.7
1 126	Соус томатный	20	0.12	1	1.16	11.1
512	Рис припущенный	180	4.32	7	44.46	264.5
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		795	29.71	34	114.89	869.7
Итого за день		1 350	46.26	47	205.89	1 442

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

17.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн ккал
<u>Завтрак</u>						
812	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	250	9.1	9	32.75	316.9
150.18	Кеке творожный	60	6.21	6	21.16	259.5
686	Чай с лимоном	200	0.06		15.16	59.9
897	Хлеб пшеничный	40	4.28	2	21.4	113.6
Итого за Завтрак		550	19.65	17	93.47	749.9
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5.48	6	15.3	137.6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1.15	1	0.04	11.8
1 170.06	Гуляш из мяса свинины	100	11.17	28	3.61	236.3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11.19	7	58.35	341.5
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		785	33.15	43	117.63	916.3
Итого за день		1 335	52.8	60	211.1	1 666.2

Согласовано:

директор
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



18.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн ккал
Завтрак						
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	250	10,8	11	54,9	366,8
1188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1141,09	Печенье детское	60	4,5	6	34	244,2
693	Батон	40	2	1	16,66	104,3
Итого за Завтрак		550	17,3	18	121,56	779,1
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1027,6	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162
1126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		845	27,65	31	118,04	832,4
Итого за день		1395	44,95	49	239,6	1611,5