

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



19.11.2024 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|------------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 6 | 6,36 | 99,3 |
| 1 016 | Суп-пюре овощной | 200 | 2,02 | 4 | 12,62 | 118 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 1 027,23 | **Котлета Пожарская | 90 | 12,9 | 10 | | 162 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 6,47 | 5 | 40,96 | 212,7 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 741 | 33,18 | 27 | 111,51 | 826 |
| Итого за день | | 741 | 33,18 | 27 | 111,51 | 826 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



20.11.2024 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--|------------|-------------|-----------|---------------|--------------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 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 | 10 | 37,17 | 230 |
| 483 | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 14,63 | 64,8 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 701 | 27,7 | 38 | 102,05 | 751,4 |
| Итого за день | | 701 | 27,7 | 38 | 102,05 | 751,4 |

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



21.11.2024 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 098 | Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной | 200 | 1,48 | 3 | 6,41 | 57,5 |
| 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 |
| 930 | Напиток Ягодка | 200 | 0,12 | | 14,85 | 61,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 16,05 | 82,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 17,55 | 77,7 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 701 | 23,91 | 35 | 99,3 | 707,4 |
| Итого за день | | 701 | 23,91 | 35 | 99,3 | 707,4 |

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



22.11.2024 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 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 | 7 | 43,85 | 240,8 |
| 1 126 | Соус томатный | 30 | 0,18 | 1 | 1,73 | 16,7 |
| 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 | 11,7 | 51,8 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 776 | 35,25 | 40 | 112,05 | 846,2 |
| Итого за день | | 776 | 35,25 | 40 | 112,05 | 846,2 |