

Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

03.02.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806.13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	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 Завтрак		500	19,39	17	76,77	492
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	17,42	110,4
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
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
Итого за Обед		700	24,51	36	101,04	748,5
Итого за день		1 200	43,9	53	177,81	1 240,5

Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

04.02.2025 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
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 Завтрак		500	14,39	15	76,82	535,1
Обед						
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
1 027.16	Котлета куриная Особая @	90	12	10		162
600.01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	220,5
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	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		745	28,89	27	82,19	793,9
Итого за день		1 245	43,28	42	159,01	1 329

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



05.02.2025 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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	167,2
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 Завтрак		500	11,86	10	89,57	455,1

Обед						
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
390	Компот из свежих плодов	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	31,69	36	107,92	755,3
Итого за день		1 205	43,55	46	197,49	1 210,4

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



06.02.2025 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
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 Завтрак		550	11,01	11	75,97	472,5

Обед						
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
1 027.09	Шницель мясной Домашний @	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	8	27,17	210
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		700	16,26	24	92,21	652,3
Итого за день		1 250	27,27	35	168,18	1 124,8