

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

12.05.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806,13	Мафрин батонный 08868	40	5,48	4	6,36	103
235,05	Капа рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
686	Чай с лимоном (а)	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
Итого за Завтрак		500	19,39	17	76,77	499,7
Обед						
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 (а)	90	10,08	25	3,47	216,1
816	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,91	3	41,29	226,9
828	Чай с сахаром (а)	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
Итого за Обед		705	24,2	37	92,78	741,2
Итого за день		1 205	43,59	54	169,55	1 240,9

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

13.05.2025 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром 07561	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Капа ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	230	6,36	10	30,13	276
14 539,27	Чай с сахаром (а)	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		500	14,59	15	67,32	502,1
Обед						
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 (а)	90	12	10	7,2	162
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5
686	Чай с лимоном (а)	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4
Итого за Обед		700	22,85	22	80,76	690,1
Итого за день		1 200	37,44	37	148,08	1 192,2

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

14.05.2025 (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 (а)	50	2,75	3	17,75	107,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
174	Капа кукурузная молочная с маслом сливочным	190	5,15	5	32,14	186,2
828	Чай с сахаром (а)	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
Итого за Завтрак		500	11,76	10	84,54	478,1
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 (а)	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Капа 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
Итого за Обед		705	31,69	36	107,92	759,3
Итого за день		1 205	43,45	46	192,46	1 237,4

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.05.2025 (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	Капа овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	190	6,39	8	27,35	210,3
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		520	9,17	9	55,33	374,6
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
1 027,13	Котлета Деревенская @	90	12	10		162
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		700	30,29	17	92,43	665,8
Итого за день		1 220	39,46	26	147,76	1 040,4

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.05.2025 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		500	25,5	25	84,54	594
Обед						
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	Капа греческая раскладчатая	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
Итого за Обед		700	16,81	25	96,84	648,3
Итого за день		1 200	42,31	50	181,38	1 242,3

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.05.2025 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 066,01	Сырники @	65	4,55	4	9,91	97,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
883	Капа пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	5	30,42	206,2
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		495	14,72	11	70,51	455
Обед						
124	Пи 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
1 024	Гуляш из курицы @	90	16,94	6	5,93	229,8
512	Рис припущенный	160	3,25	3	26,68	240,5
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
Итого за Обед		740	27,49	17	79,46	797,6
Итого за день		1 235	42,21	28	149,97	1 252,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

12.05.2025 (понедельник)

Полевской ЦШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806,13	Маффины 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	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	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		500	19,39	17	76,77	499,7
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	19,77	137,9
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	180	7,77	4	46,45	255,3
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
Итого за Обед		765	25,48	39	101,1	791,6
Итого за день		1 265	44,87	56	177,87	1 291,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

13.05.2025 (вторник)

Полевской ЦШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Булочки с сарепой	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,92	11	32,75	300
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		520	15,15	16	69,94	526,1
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
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
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
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	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		785	24,64	25	91,65	778,1
Итого за день		1 305	39,79	41	161,59	1 304,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

14.05.2025 (среда)

Полевской ЦШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 330,01	Блишечки @	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	230	6,23	7	38,91	225,4
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
Итого за Завтрак		540	12,84	12	91,31	517,3
Обед						
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
1 022	Птица, тушенная в соусе красном с овощами @	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	190	9,57	13	50,47	305,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7
Итого за Обед		795	35,92	39	130,83	891
Итого за день		1 335	48,76	51	222,14	1 408,3

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.05.2025 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
976	Хлебцы свежие	110	0,44		10,78	80,7
850	Капша сливочная Ревенская жидкая молочная с маслом сливочным	220	7,4	10	31,67	243,6
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		570	11,88	12	69,35	461,7
Обед						
1 049	Суп-поре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,13	Котлета Деревенская @	90	12	10		162
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,48	255,3
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		770	32,82	18	103,79	730,1
Итого за день		1 340	44,7	30	173,14	1 191,8

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.05.2025 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 049	Бутерброды повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	240	21,25	24	41,12	349,2
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
Итого за Завтрак		520	27,27	27	87,96	623,1
Обед						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
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
998	Капша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
Итого за Обед		800	21,93	29	124,58	811,3
Итого за день		1 320	49,2	56	212,54	1 434,4

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.05.2025 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 066,01	Сырники @	65	4,55	4	9,91	97,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
883	Капша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	7,91	7	39,37	266,9
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
Итого за Завтрак		545	16,42	13	88,96	549,1
Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	5	9,2	137,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	90	16,94	6	5,93	229,8
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
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	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		765	27,56	18	80,74	819,8
Итого за день		1 310	43,98	31	169,7	1 368,9