

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.05.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806,13	Машинный чайный	40	5,48	4	6,36	103
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	220	5,96	6	37,22	215,6
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		500	15,38	12	79,98	489,4

Обед

139	Суп картофельный с бобовыми	210	4,94	5	18,04	140
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	150	3,05	3	25,01	225,5
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		700	30,65	17	78,59	758,7
Итого за день		1 200	46,03	29	158,57	1 248,1

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.05.2025 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 141	Печенье детское (конд изд) 110	40	5,94	8	41,8	325,6
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	220	6,66	10	31,37	242,3
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 Завтрак		500	16,44	20	104,54	738,4

Обед

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	1,6	4	7,73	115,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов с курицей	200	12,76	24	46,92	469,7
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	15	1,28		7,28	40,4
Итого за Обед		650	18,99	30	87,83	753,8
Итого за день		1 150	35,43	50	192,37	1 492,2

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.05.2025 (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 @	50	2,75	3	17,75	107,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	210	9,56	11	33,27	215,9
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		500	14,57	15	81	454,3

Обед

1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	240	3,64	7	16,65	141,6
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,56	10	39,85	240,8
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Обед		705	29,32	38	82,4	675,5
Итого за день		1 205	43,89	53	163,4	1 129,8

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

22.05.2025 (четверг)

Полевской ИТУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
976	Ягоды свежие	110	0,44		10,78	80,7
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	9,63	8	32,03	238
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		530	12,21	9	64,48	435,4

Обед						
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	7,56	10	39,85	240,8
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
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		705	33,62	40	85,03	731,8
Итого за день		1 235	45,83	49	149,51	1 167,2

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

23.05.2025 (пятница)

Полевской ИТУ 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
892,01	Омлет с картофелем 100	200	20,48	25	28,91	425,4
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
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 Завтрак		500	28,62	28	81,48	721,5

Обед						
139,09	Суп гороховый	210	4,94	5	18,04	131,6
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	150	6,47	3	38,71	212,7
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		700	27,17	36	107,21	796,1
Итого за день		1 200	55,79	64	188,69	1 517,6

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

24.05.2025 (суббота)

Полевской ИТУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 066,02	Сырники с яблоком @	65	7,15	7	12,94	146,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	4,48	4	35,08	198,4
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		505	13,79	12	72,97	475,5

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
1 319,01	Шницель из мяса птицы @	90	3,3	6	19,99	150,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		700	17,61	18	114,42	675,5
Итого за день		1 205	31,4	30	187,39	1 151

19.05.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806,13	Маффины ванильные®	40	5,48	4	6,36	103
174	Капучино с молочной с маслом сливочным	220	5,96	6	37,22	215,6
971	Чай ягодный	200	0,1	16	60,2	
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		500	15,38	12	79,98	489,4

139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	100	18,82	7	6,59	255,4
512	Рис отваренный	180	3,66	4	30,01	270,6
14 539	Чай, без сахара	200	0,2		6,5	26,8
	Чай, с сахаром	20	2,14	1	10,7	56,8
	Сметана 20%	20	1,7	1	9,7	53,8
	Итого за Обед	775	33,55	20	85,02	841,8
	Итого за день	1 275	48,93	32	165	1 331,2

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
И.Ю. Козырева

20.05.2025 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 141	Печенье детское (конд изд) 110	40	5,94	8	41,8	325,6
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	220	6,66	10	31,37	242,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6
Итого за Завтрак		500	16,88	20	105,54	741,4

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
1 018	Плов со свинойной	200	12,76	24	46,92	469,7
686	Чай с лимоном (а	200	0,06		15,16	59,9
897	Чай с лимоном (а	20	2,14	1	10,7	56,8
1 100	Чай с лимоном (а	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		695	19,72	32	91,72	789,1
Итого за день		1 195	36,6	52	197,26	1 530,5

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

21.05.2025 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 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
235,05	Капа рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230	10,47	12	36,44	236,5
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		520	15,48	16	84,17	474,9

		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
1 308,02	Биточек куриный <i>а</i>)	90	14,77	19		164,6
998	Капша гречневая рассыпчатая	180	9,07	12	47,81	289
686	Чай с лимоном <i>а</i>	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	32,68	41	100,75	783,4
Итого за день		1 285	48,16	57	184,92	1 258,3



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева
22.05.2025 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
976	Яичница с маслом	110	0,44		10,78	80,7
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	9,63	8	32,03	238
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		530	12,21	9	64,48	435,4

Обед						
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
1 308	Котлета куриная @	90	16,41	21	0,18	182,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,07	12	47,81	289
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
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		785	36,23	43	96,05	807,6
Итого за день		1 315	48,44	52	160,53	1 243



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева
23.05.2025 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
892,01	Омлет с картофелем 100	200	20,48	25	28,91	425,4
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		480	26,7	28	71,28	666,2

Обед						
139,09	Суп гороховый	250	5,88	6	21,48	156,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	11,2	28	3,86	240,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
912	Котлета куриная, яблоко	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		775	30	41	116,11	873,6
Итого за день		1 255	56,7	69	187,39	1 539,8



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева
24.05.2025 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 066,02	Сырники с яблоком @	65	7,15	7	12,94	146,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	220	4,92	5	38,58	218,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		525	14,23	13	76,47	495,3

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
1 319,01	Шницель из мяса птицы @	90	3,3	6	19,99	150,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
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 Обед		765	18,8	20	122,65	725,9
Итого за день		1 290	33,03	33	199,12	1 221,2