



О.Ю.Козырева

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                   | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Угле-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <i>Обед</i>          |                                      |            |              |           |               |              |
| 1 049                | Суп-пюре из гороха                   | 250        | 7,71         | 3         | 22,58         | 141,6        |
| 943                  | Гренки из пшеничного хлеба           | 10         | 1,3          |           | 7,81          | 40           |
| 1 027,13             | Котлета Деревенская                  | 90         | 14,69        | 12        | 8,5           | 199,9        |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 180        | 7,61         | 5         | 45,44         | 262,1        |
| 1 242                | Морс ягодный                         | 200        | 0,24         |           | 27,7          | 114,3        |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                      | 25         | 2,03         |           | 12,2          | 60,5         |
| 1 147                | Хлеб ржаной                          | 25         | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>780</b> | <b>35,71</b> | <b>21</b> | <b>136,36</b> | <b>883,2</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>780</b> | <b>35,71</b> | <b>21</b> | <b>136,36</b> | <b>883,2</b> |

**Подвесской Ш**

О.Ю.Козырева

Полесской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <i>Обед</i>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 175          | Рассольник домашний со сметаной     | 250     | 2,27       | 6         | 13,85           | 120,9   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 020          | 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    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                        | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                     | 755     | 23,65      | 23        | 111             | 746,5   |
| Итого за день  |                                     | 755     | 23,65      | 23        | 111             | 746,5   |

ван.

000 "Ком

Полесской Л

Назначение блока

О.Ю.Козырева

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|----------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <i>Обед</i>    |                                        |         |            |           |                 |         |
| 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  |                                        | 785     | 34,27      | 54        | 70,23           | 836,8   |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

27.11.2025

**Полеской ШУ 5-11кл Обед 192 р**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 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  |                                     | 795     | 29,71      | 34        | 114,89          | 869,7   |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

28.11.2025

**Полеской ШУ 5-11кл Обед 192 р**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 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    |
| 437,06         | 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  |                                     | 785     | 33,15      | 43        | 117,63          | 916,3   |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

29.11.2025

**Полеской ШУ 5-11кл Обед 192 р**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                               |         |            |           |                 |         |
| 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   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 027,6        | Котлета Московская                            | 90      | 12         | 10        | 10,35           | 162     |
| 1 126          | 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    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                                  | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                               | 845     | 27,65      | 31        | 118,04          | 852,4   |
| Итого за день  |                                               | 845     | 27,65      | 31        | 118,04          | 852,4   |