

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

08.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |              |              |           |                 |                |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250          | 7,03         | 7         | 39,61           | 244,5          |
| 1 141,09                | Печенье детское                                 | 60           | 4,5          | 6         | 34              | 244,2          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200          |              |           | 16              | 63,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40           | 3,24         |           | 19,52           | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>550</b>   | <b>14,77</b> | <b>13</b> | <b>109,13</b>   | <b>649,3</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                 |              |              |           |                 |                |
| 1 844                   | Чеснок                                          | 1            | 0,01         |           | 0,03            | 0,2            |
| 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>781</b>   | <b>35,72</b> | <b>21</b> | <b>136,39</b>   | <b>883,4</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>1 331</b> | <b>50,49</b> | <b>34</b> | <b>245,52</b>   | <b>1 532,7</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

09.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                          | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                             |              |              |           |                 |                |
| 174                     | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 250          | 6,78         | 7         | 42,29           | 245            |
| 1 188                   | Чай с сахаром                               | 200          |              |           | 16              | 63,8           |
| 450,05                  | Маффин ванильный                            | 60           | 6,21         | 6         | 44,16           | 259,5          |
| 897                     | Хлеб пшеничный                              | 40           | 4,28         | 2         | 33,32           | 113,6          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | <b>550</b>   | <b>17,27</b> | <b>15</b> | <b>135,77</b>   | <b>681,9</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                             |              |              |           |                 |                |
| 1 813                   | Лук репчатый (порциями)                     | 1            |              |           | 0,01            | 0,1            |
| 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           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                             | <b>756</b>   | <b>23,65</b> | <b>23</b> | <b>111,01</b>   | <b>746,6</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                             | <b>1 306</b> | <b>40,92</b> | <b>38</b> | <b>246,78</b>   | <b>1 428,5</b> |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

10.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г  | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|------------|--------------|------------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |            |              |            |                 |                |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 240        | 7,21         | 9          | 30,27           | 240,3          |
| 739,01                  | Слойка с творогом                                 | 85         | 73,43        | 135        | 601,43          | 3 929,7        |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                     | 200        |              |            | 16              | 63,8           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                    | 20         | 2,14         | 1          | 16,66           | 56,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>545</b> | <b>82,78</b> | <b>145</b> | <b>664,36</b>   | <b>4 290,6</b> |

|                      |                                        |              |              |            |              |                |
|----------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|------------|--------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |              |              |            |              |                |
| 1 844                | Чеснок                                 | 1            | 0,01         |            | 0,03         | 0,2            |
| 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          |
| 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           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>786</b>   | <b>34,12</b> | <b>54</b>  | <b>81,74</b> | <b>880,6</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1 331</b> | <b>116,9</b> | <b>199</b> | <b>746,1</b> | <b>5 171,2</b> |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

11.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                    | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал    |
|-------------------------|---------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                       |            |              |           |                 |            |
| 334                     | Макаронные изделия запеченные с сыром | 210        | 14,04        | 13        | 51,04           | 360        |
| 1 188                   | Чай с сахаром                         | 200        |              |           | 16              | 63,8       |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                       | 25         | 2,03         |           | 12,2            | 60,5       |
| 976                     | Яблоки свежие                         | 110        | 0,44         |           | 10,78           | 80,7       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | <b>545</b> | <b>16,51</b> | <b>13</b> | <b>90,02</b>    | <b>565</b> |

|                      |                                     |              |              |           |               |                |
|----------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                     |              |              |           |               |                |
| 1 813                | Лук репчатый (порциями)             | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 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         | 4         | 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           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | <b>796</b>   | <b>29,71</b> | <b>37</b> | <b>114,9</b>  | <b>869,8</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                     | <b>1 341</b> | <b>46,22</b> | <b>50</b> | <b>204,92</b> | <b>1 434,8</b> |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

12.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |            |              |           |              |              |
| 842                     | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 250        | 9,1          | 9         | 32,75        | 316,9        |
| 806,44                  | Маффин творожный®                               | 60         | 8,22         | 9         | 9,54         | 148,9        |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200        | 0,06         |           | 15,16        | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                  | 40         | 4,28         | 2         | 33,32        | 113,6        |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>550</b> | <b>21,66</b> | <b>20</b> | <b>90,77</b> | <b>639,3</b> |

|                      |                                     |              |              |           |               |                |
|----------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                     |              |              |           |               |                |
| 1 844                | Чеснок                              | 1            | 0,01         |           | 0,03          | 0,2            |
| 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           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | <b>786</b>   | <b>33,16</b> | <b>43</b> | <b>117,66</b> | <b>916,5</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                     | <b>1 336</b> | <b>54,82</b> | <b>63</b> | <b>208,43</b> | <b>1 555,8</b> |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

13.12.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|---------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |            |              |           |               |              |
| 302                     | Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным | 250        | 10,8         | 11        | 54,9          | 366,8        |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                     | 200        |              |           | 16            | 63,8         |
| 1 141,09                | Печенье детское                                   | 60         | 4,5          | 6         | 34            | 244,2        |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 40         | 3,24         |           | 19,52         | 96,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b> | <b>18,54</b> | <b>17</b> | <b>124,42</b> | <b>771,6</b> |

|                      |                                               |              |              |           |               |                |
|----------------------|-----------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                               |              |              |           |               |                |
| 813                  | Икра кабачковая пром.производства             | 50           | 0,6          | 7         | 3,7           | 48,5           |
| 1 813                | Лук репчатый (порциями)                       | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 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         | 4         | 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           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                               | <b>846</b>   | <b>27,65</b> | <b>34</b> | <b>118,05</b> | <b>852,5</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                               | <b>1 396</b> | <b>46,19</b> | <b>51</b> | <b>242,47</b> | <b>1 624,1</b> |