

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

16.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		550	14,77	13	109,13	649,3

Обед						
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
Итого за Обед		781	35,72	21	136,39	883,4
Итого за день		1 331	50,49	34	245,52	1 532,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

17.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	9	11	42	300
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
677,25	Плюшка Московская®	80	9,36	9	318,22	560
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Завтрак		550	20,5	21	392,88	980,6

Обед						
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
Итого за Обед		756	23,65	23	111,01	746,6
Итого за день		1 306	44,15	44	503,89	1 727,2

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



18.02.2026

Полёвской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53	250,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6
Итого за Завтрак		530	13,9	23	91,73	611,7

Обед

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
Итого за Обед		786	34,12	54	81,74	880,6
Итого за день		1 316	48,02	77	173,47	1 492,3

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



19.02.2026

Полёвской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
Итого за Завтрак		545	16,51	13	90,02	565

Обед

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	4,41	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
Итого за Обед		796	29,71	37	119,31	869,8
Итого за день		1 341	46,22	50	209,33	1 434,8

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

21.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшениная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10	39,74	303,3
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
Итого за Завтрак		550	16,73	16	109,26	708,1
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		846	27,65	34	118,05	852,5
Итого за день		1 396	44,38	50	227,31	1 560,6