

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



04.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                  | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал    |
|----------------------|-------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|------------|
| <i>Обед</i>          |                                     |            |              |           |               |            |
| 1 039                | Суп с вермишелью                    | 250        | 4,42         | 5         | 17,43         | 100,8      |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5          | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8       |
| 1 018                | Плов со свиной                      | 250        | 20,12        | 46        | 60,98         | 639,3      |
| 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>755</b> | <b>29,85</b> | <b>53</b> | <b>118,78</b> | <b>941</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                     | <b>755</b> | <b>29,85</b> | <b>53</b> | <b>118,78</b> | <b>941</b> |

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



05.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                  | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал      |
|----------------------|-------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <i>Обед</i>          |                                     |            |              |           |               |              |
| 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         |
| 1 308,17             | Биточек куриный.                    | 90         | 16,74        | 18        | 4,41          | 191,7        |
| 600                  | Соус сметанный                      | 20         | 0,34         | 2         | 1,35          | 20,6         |
| 998                  | Каша гречневая рассыпчатая          | 160        | 9,95         | 6         | 51,86         | 303,6        |
| 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>775</b> | <b>38,57</b> | <b>34</b> | <b>127,83</b> | <b>921,3</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                     | <b>775</b> | <b>38,57</b> | <b>34</b> | <b>127,83</b> | <b>921,3</b> |

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



06.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                                | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал    |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|---------------|------------|
| <i>Обед</i>          |   |            |              |           |               |            |
| 992                  | Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье | 60         | 0,9          | 3         | 5,47          | 53,4       |
| 1 030,2              | Рассольник ленинградский со сметаной              | 250        | 2,7          | 6         | 17,8          | 139,2      |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5          | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8       |
| 1 744                | Тефтели мясные                                    | 80         | 9,6          | 8         |               | 229,6      |
| 1 126                | Соус томатный                                     | 20         | 0,12         | 4         | 1,16          | 11,1       |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом              | 160        | 6,76         | 5         | 40,39         | 233        |
| 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>825</b> | <b>26,07</b> | <b>28</b> | <b>116,81</b> | <b>932</b> |
| <b>Итого за день</b> |   | <b>825</b> | <b>26,07</b> | <b>28</b> | <b>116,81</b> | <b>932</b> |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

07.05.2026

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р**

| № рецептуры          | Наименование блюда                     | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал       |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|---------------|---------------|
| <i>Обед</i>          |  |            |              |           |               |               |
| 1 021,22             | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250        | 1,91         | 7         | 13,68         | 224,4         |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5          | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8          |
| 1 026,05             | Шницель из мяса птицы                  | 90         | 33,04        | 6         | 19,99         | 250,1         |
| 995                  | Пюре картофельное                      | 160        | 4,26         | 6         | 27,03         | 199           |
| 1 188                | Чай с сахаром                          | 200        |              |           | 16            | 63,8          |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                        | 30         | 3,43         |           | 16,64         | 80,28         |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                           | 25         | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8          |
| <b>Итого за Обед</b> |  | <b>760</b> | <b>45,92</b> | <b>21</b> | <b>105,51</b> | <b>894,18</b> |
| <b>Итого за день</b> |  | <b>760</b> | <b>45,92</b> | <b>21</b> | <b>105,51</b> | <b>894,18</b> |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

08.05.2026

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р**

| № рецептуры          | Наименование блюда                            | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал    |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|---------------|------------|
| <i>Обед</i>          |   |            |              |           |               |            |
| 124,17               | 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       |
| 866                  | Суфле из печени                               | 100        | 12,6         | 13        | 3,5           | 233,4      |
| 512                  | Рис припущенный                               | 160        | 4,6          | 6         | 38,05         | 228,4      |
| 912                  | Компот из свежих яблок                        | 200        | 0,11         |           | 23,88         | 99,1       |
| 897                  | Хлеб пшеничный                                | 25         | 2,68         | 1         | 20,83         | 71         |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                                  | 25         | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8       |
| <b>Итого за Обед</b> |   | <b>765</b> | <b>25,17</b> | <b>28</b> | <b>107,57</b> | <b>841</b> |
| <b>Итого за день</b> |   | <b>765</b> | <b>25,17</b> | <b>28</b> | <b>107,57</b> | <b>841</b> |