

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

12.10.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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	200	10,95	9,89	25,68	225,6
1 144,02	Маффин шоколадный	60	3,34	6,6	23,93	201,4
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,8	17,4	96,8
Итого за Завтрак		500	18,57	18,29	83,01	577,6

Обед

1 049	Суп-пюре из гороха	200	3,17	2,18	18,06	103,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3	0,16	2,81	25
1 699,05	Фигурки рыбные	100	12,64	17,29	7,23	219,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1,02	1,35	15,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,34	4,33	30,95	218,5
1 242	Морс ягодный	200	0,24	0,1	27,7	114,3
894,01	Хлеб пшеничный	25	2,03	0,25	12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		730	26,13	26,16	112,43	821,3
Итого за день		1 230	44,7	44,45	195,44	1398,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

13.10.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	9,67	31,38	240
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 669	Плюшка Московская	80	6,79	7,88	26,61	198,4
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62	0,2	9,76	48,4
Итого за Завтрак		500	15,61	17,75	83,75	550,6

Обед

835	Помидоры порционно	60	1,14	0,1	12,21	53,4
1 175,07	Рассольник домашний со сметаной	200	1,43	3,04	9,48	53,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 020	Плов с мясом птицы	240	15,09	19,07	36,48	371,4
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35	0,09	24,36	101,7
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03	0,25	12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		755	23,32	24,53	106,9	716,9
Итого за день		1255	38,93	42,28	190,65	1267,5

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



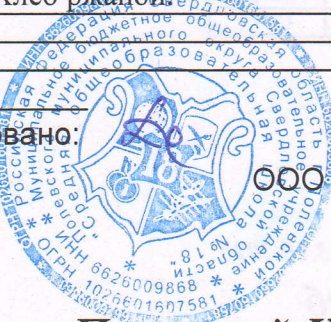
14.10.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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	200	6,01	7,4	25,23	238
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
1 066,01	Сырники	60	7,41	7,51	16,71	145,2
902	Молоко сгущенное	10	0,79	0,89	5,44	32,1
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
Итого за Завтрак		510	17,51	16,21	82,06	572

Обед						
1 021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	0,83	1,44	29,36	102,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	100	17,33	16,56	9	378,8
995	Пюре картофельное	150	3,26	5,04	22,03	147
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03	0,25	12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		705	26,73	25,27	100,76	818,8
Итого за день		1210	44,24	41,48	182,82	1390,8

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



15.10.2026

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
334	Макаронные изделия запеченные с	200	13,37	14,77	41,61	342,9
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
976	Яблоки свежие	110	0,44	0,44	10,78	80,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
Итого за Завтрак		535	16,49	16,34	79,27	537,9

Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	1,48	0,06	10,68	48,6
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,03	6,07	17,82	109,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308,02	Биточек куриный	90	10,74	9,96	4,41	191,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	1,33	1,16	11,1
512	Рис припущенный	150	3,6	4	29,55	220,4
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	27,62	68,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62	0,2	9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		765	23,12	23,71	110,74	761,7
Итого за день		1300	39,61	40,05	190,01	1299,6

