Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
_____ О.Ю.Козырева

09.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	13,69	12,36	34,61	282
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	550	21,31	20,76	91,94	634
	Обед					
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2,72	22,58	129,1
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	180	5,01	5,7	37,14	262,1
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	810	31,34	28,07	123,14	890,7
	Итого за день	1360	52,65	48,83	215,08	1524,7

Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
_____ О.Ю.Козырева

10.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	11	10,33	39,22	300
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	550	19,41	18,41	91,59	610,6
	Обед					
1 793,02	Капуста квашеная с маслом	60	1,14	0,1	12,21	53,4
1 175,07	Рассольник домашний со сметаной	250	1,79	4,3	11,85	66,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 020	Плов с мясом птицы	250	16,11	20,81	37,23	433,3
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	815	24,7	27,53	110,02	792,1
	Итого за день	1365	44,11	45,94	201,61	1402,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
_____ О.Ю.Козырева

11.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,21	9,88	30,27	285,6
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.	30	3,24	0,4	19,52	96,8
	Итого за Завтрак	550	18,71	18,69	87,1	619,6
	Обед					
1 021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,04	1,8	35,95	129,4
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	180	3,91	8,05	26,44	176,3
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
	Итого за Обед	800	28,8	28,79	119,08	911,7
	Итого за день	1350	47,51	47,48	206,18	1531,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
_____ О.Ю.Козырева

12.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
334	Макаронные изделия запеченные с	220	15,7	17,05	53,48	377,2
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	555	18,82	18,62	91,14	572,2
	Обед					
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6,33	19,28	136,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308,02	Биточек куриный	100	11,93	11,07	4,9	213
1 126	Соус томатный	20	0,12	1,33	1,16	11,1
512	Рис припущенный	180	4,32	6,8	35,46	264,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	27,62	68,6
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	805	24,9	28,04	112,79	831
	Итого за день	1360	43,72	46,66	203,93	1403,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
_____ О.Ю.Козырева

13.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,17	9,08	33,82	237,6
1 330,01	Блинчики	50	5,75	8,85	15,75	165,65
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
	Итого за Завтрак	550	18,42	18,34	87,5	572,45
	Обед					
1006	Огурцы солёные	60	1,48	0,06	10,68	48,6
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5,94	15,38	139
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски	100	12,06	12,1	5,14	237,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,19	7,14	58,35	341,5
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
	Итого за Обед	845	32,24	28,35	128,6	957,4
	Итого за день	1395	50,66	46,69	216,1	1529,85

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
_____ О.Ю.Козырева

14.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10,7	39,74	303,3
1 141,09	Печенье детское	60	7,5	7,88	21	184,2
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
	Итого за Завтрак	550	19,79	18,99	95,42	644,2
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,7	0,4	13,1	97
124,17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,47	1,4	19,77	121,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 027,6	Котлета Московская	100	13	9,81	10,35	168
1 126	Соус томатный	20	0,12	1,33	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,01	5,7	37,14	262,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,11	0,16	23,88	99,1
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	905	27,22	31,63	124,07	896
	Итого за день	1455	47,01	50,62	219,49	1540,2