

Согласовано

Средняя общеобразовательная школа г. Зыдовский (МБОУ СО «СОШ г. Зыдовский»)

Подпись

№ _____

рецензуры

Утвержд
ат общественн



ОГРН 1116679005156

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 125 р

Согласовано:

Утвержд
ат общественн



11.06.2019
1118679005155

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 125 р

Согласовано:

Утвержд
ат общественн



1 1

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 125 р

Наименование блюда		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,93	6	15,17	150,2
1 066,01	Сырники	60	4,2	4	9,15	90,4
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		470	14,24	14	78,84	529,4
Итого за день		470	14,24	14	78,84	529,4

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



18.09.2025

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 125 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
334	Макаронные изделия запеченные с	180	12,03	11	43,75	308,6
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак		550	16,73	12	95	581,8
Итого за день		550	16,73	12	95	581,8

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



19.09.2025

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 125 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	7,28	7	26,2	253,5
450.18	Кекс с изюмом	60	6,21	6	24,16	259,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		490	14,99	14	78,86	655
Итого за день		490	14,99	14	78,86	655

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



20.09.2025

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 125 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	8,64	9	43,92	293,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
1 141.09	Печенье детское	60	4,5	6	34	244,2
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		490	14,7	16	105,58	675,7
Итого за день		490	14,7	16	105,58	675,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.09.2025

Полесвской ШУ 1-4кл Обед 162 р

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед					
813 Икра сабачья пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 049 Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,06	113,3
943 Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027.13 Котлета Деревенская	100	163,2	133	94,4	2 221,1
1 011.03 Спагетти отварные	150	5,18	9	29,97	221,9
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	760	180,85	152	205,97	2 884,4
Итого за день	760	180,85	152	205,97	2 884,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

16.09.2025

Полесвской ШУ 1-4кл Обед 162 р

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед					
1 051 Рассольник домашний со сметаной	200	1,82	5	11,08	96,7
1 052 Суп-пюре из гороха (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	705	23,2	22	108,23	722,3
Итого за день	705	23,2	22	108,23	722,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

17.09.2025

Полесвской ШУ 1-4кл Обед 162 р

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед					
1 051 Борщ с капустой, картофелем и сметаной	210	1,6	6	11,49	104,5
1 052 Суп-пюре из гороха (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237 Птица запеченная	90	20,68	35	1,1	340,9
518 Картофель отварной	150	0,45	1	3,64	224,7
932 Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
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	705	28,2	44	45,12	827,4
Итого за день	705	28,2	44	45,12	827,4

Согласовано: _____

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

18.09.2025

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 058	Суп Крест'Б'янский с крупой, сметаной	210	2,13	5	14,52	114,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,02	Биточек куриный	90	167,4	180		1 916,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
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		725	179,24	194	104,72	2 528,6
Итого за день		725	179,24	194	104,72	2 528,6

Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"  Е.Ю.Козырева

19.09.2025

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	<i>Обед</i>					
1 015	Суп лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
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	150	9,32	6	48,62	284,6
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	705	30,42	41	116,54	882,3
	Итого за день	705	30,42	41	116,54	882,3

Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"  С.Ю. Козырева

20.09.2025

Подпиской ШУ 1-4кл Обед 162 р

Наименование блюда		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
836	Порция порционно	50	0,4		1,4	7,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1027.6	Котлета Московская	90	120,01	99	103,5	1 619,6
1126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	6	37,87	218,5
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
394,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		765	133,86	113	199,49	2 198,9
Итого за день		765	133,86	113	199,49	2 198,9

1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,82	5	11,08	96,7
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		705	23,2	22	108,23	722,3
Итого за день		1 195	37,64	38	209,68	1 345,2

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



17.09.2025

Полеской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

рецептурный №	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,93	6	15,17	150,2
1 066,01	Сырники	60	4,2	4	9,15	90,4
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		470	14,24	14	78,84	529,4

Обед

1 021	Борщ с капустой, картофелем и	210	1,6	6	11,49	104,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	90	20,68	35	1,1	340,9
518	Картофель отварной	150	0,45	1	3,64	224,7
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
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		705	28,2	44	45,12	827,4
Итого за день		1 175	42,44	58	123,96	1 356,8

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



18.09.2025

Полеской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

рецептурный №	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
334	Макаронные изделия запеченные с	180	12,03	11	43,75	308,6
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак		550	16,73	12	95	581,8

Обед

1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	210	2,13	5	14,52	114,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308.02	Биточек куриный	90	167,4	180		1 916,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
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		725	179,24	194	104,72	2 528,6
Итого за день		1 275	195,97	206	199,72	3 110,4

Наименование блюда		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	8,64	9	43,92	293,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
1 141.09	Печенье детское	60	4,5	6	34	244,2
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		490	14,7	16	105,58	675,7
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027.6	Котлета Московская	90	120,01	99	103,5	1 619,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	6	37,87	218,5
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		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		765	133,86	113	199,49	2 198,9
Итого за день		1 255	148,56	129	305,07	2 874,6

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849448

Владелец Мустафина Елена Сергеевна

Действителен с 03.09.2025 по 03.09.2026