

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>							
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
Итого за день			550	21,31	20,76	91,94	634

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>							
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
			20	1,62	0,2	9,76	48,4
894,01		Хлеб пшеничный.					
Итого за Завтрак			550	19,41	18,41	91,59	610,6
Итого за день			550	19,41	18,41	91,59	610,6

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>							
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным		245	7,21	9,88	30,27	285,6
1 188	Чай с сахаром		200			16	63,8
1 063	Рогалик с посыпкой		65	8,2	8,4	22,15	173,4
894,01	Хлеб пшеничный.		40	3,24	0,4	19,52	96,8
Итого за Завтрак			550	18,65	18,68	87,94	619,6
Итого за день			550	18,65	18,68	87,94	619,6

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

31.08.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 211 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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		810	31,34	28,07	123,14	890,7

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

01.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 211 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
11,24	Ассорти из овощей	100	7,84	0,2	35,21	171,4
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	280	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		885	31,4	27,63	133,02	910,1
Итого за день		885	31,4	27,63	133,02	910,1

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

02.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 211 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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		800	28,8	28,79	119,08	911,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

03.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 211 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	2,31	0,1	15,47	72,02
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		865	27,21	28,14	128,26	903,02
Итого за день		865	27,21	28,14	128,26	903,02

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

04.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 211 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,66	0,12	2,33	14,4
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
437,06	Гуляш из мяса свинины	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	31,42	28,41	120,25	923,2
Итого за день		845	31,42	28,41	120,25	923,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

05.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 211 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	11	7,4	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		905	27,22	31,63	124,07	896

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева

31.08.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 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	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"
 Ю.Козырева

01.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды 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						
11,24	Ассорти из овощей	100	7,84	0,2	35,21	171,4
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	280	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		885	31,4	27,63	133,02	910,1
Итого за день		1435	50,81	46,04	224,61	1520,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

02.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 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	245	7,21	9,88	30,27	285,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 063	Рогалик с посыпкой	65	8,2	8,4	22,15	173,4
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
Итого за Завтрак		550	18,65	18,68	87,94	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	47,45	47,47	207,02	1531,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

03.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	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						
836	Огурцы свежие порционно	60	2,31	0,1	15,47	72,02
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		865	27,21	28,14	128,26	903,02
Итого за день		1420	46,03	46,76	219,4	1475,22



04.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб				
	Белки	Жиры	Углево-	Э

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>							
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
<u>Обед</u>							
835		Помидоры порционно	60	0,66	0,12	2,33	14,4
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
437,06		Гуляш из мяса свинины	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	31,42	28,41	120,25	923,2
Итого за день			1395	49,84	46,75	207,75	1495,65



05.09.2026

Полевской ШУ 5-11кл	Комплекс	360 руб			
---------------------	----------	---------	--	--	--

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>							
883		Каша-пшенинная 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
<u>Обед</u>							
813		Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	11	7,4	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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 481448336152253156237683129688102374781711165162

Владелец Мустафина Елена Сергеевна

Действителен с 01.09.2026 по 01.09.2027