

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.02.2024 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 94 р**

| № рецептуры             | Наименование блюда                                       | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |            |              |           |              |              |
| 810                     | Бутерброд с сыром                                        | 30         | 3,36         | 2         | 12,33        | 84           |
| 846                     | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 200        | 6,05         | 9         | 28,52        | 220,3        |
| 971                     | Чай ягодный                                              | 200        | 0,1          |           | 14,97        | 59,9         |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                              | 20         | 1,7          | 1         | 8,5          | 51,8         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                           | 30         | 2,43         |           | 14,64        | 72,6         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>480</b> | <b>13,64</b> | <b>12</b> | <b>78,96</b> | <b>488,6</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                                          | <b>480</b> | <b>13,64</b> | <b>12</b> | <b>78,96</b> | <b>488,6</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.02.2024 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 94 р**

| № рецептуры             | Наименование блюда                             | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                |            |              |           |               |              |
| 853                     | Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая | 200        | 7,51         | 7         | 41,1          | 263,3        |
| 1 066,01                | **Сырники                                      | 70         | 7,7          | 7         | 13,94         | 158,2        |
| 902                     | Молоко сгущенное                               | 30         | 2,37         | 3         | 16,32         | 96,3         |
| 828                     | Чай с сахаром*                                 | 200        |              |           | 14,97         | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                 | 30         | 2,43         |           | 14,64         | 72,6         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                | <b>530</b> | <b>20,01</b> | <b>17</b> | <b>100,97</b> | <b>650,3</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                                | <b>530</b> | <b>20,01</b> | <b>17</b> | <b>100,97</b> | <b>650,3</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.02.2024 (среда)

**Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 94 р**

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |            |              |           |               |              |
| 1 141                   | Печенье детское (конд изд)                      | 70         | 5,25         | 7         | 52,08         | 284,9        |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200        | 7,79         | 7         | 55,95         | 254,3        |
| 686                     | Чай с лимоном*                                  | 200        | 0,06         |           | 15,16         | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                  | 30         | 2,43         |           | 14,64         | 72,6         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>500</b> | <b>15,53</b> | <b>14</b> | <b>137,83</b> | <b>671,7</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>500</b> | <b>15,53</b> | <b>14</b> | <b>137,83</b> | <b>671,7</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.02.2024 (четверг)

**Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 94 р**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |            |              |           |                 |              |
| 808                     | Бутерброд с маслом сливочным                    | 30         | 1,88         | 6         | 12,41           | 113,3        |
| 302                     | Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным | 280        | 11,86        | 11        | 61,51           | 428,5        |
| 971                     | Чай ягодный                                     | 200        | 0,1          |           | 14,97           | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                  | 40         | 3,24         |           | 19,52           | 96,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>550</b> | <b>17,08</b> | <b>17</b> | <b>108,41</b>   | <b>698,5</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>550</b> | <b>17,08</b> | <b>17</b> | <b>108,41</b>   | <b>698,5</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.02.2024 (пятница)

**Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 94 р**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                         | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|--------------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                            |            |              |           |                 |              |
| 810                     | Бутерброд с сыром                          | 30         | 3,36         | 2         | 12,33           | 84           |
| 851                     | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180        | 5,79         | 3         | 28,83           | 214,2        |
| 828                     | Чай с сахаром*                             | 200        |              |           | 14,97           | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                             | 20         | 1,62         |           | 9,76            | 48,4         |
| 976                     | Яблоки свежие                              | 120        | 0,48         |           | 11,76           | 56,4         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>550</b> | <b>11,25</b> | <b>5</b>  | <b>77,65</b>    | <b>462,9</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                            | <b>550</b> | <b>11,25</b> | <b>5</b>  | <b>77,65</b>    | <b>462,9</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.02.2024 (суббота)

**Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 94 р**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                   | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                      |            |              |           |                 |              |
| 1 027                   | **Котлета Домашняя                   | 70         | 9,33         | 8         |                 | 126          |
| 901                     | Соус красный основной                | 20         | 0,14         | 1         | 1,5             | 15,7         |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом | 180        | 7,1          | 6         | 43,16           | 264,5        |
| 686                     | Чай с лимоном*                       | 200        | 0,06         |           | 15,16           | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                       | 20         | 1,62         |           | 9,76            | 48,4         |
| 678,01                  | Бисквит яблочный                     | 80         | 4,02         | 6         | 22,23           | 139,3        |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                      | <b>570</b> | <b>22,27</b> | <b>21</b> | <b>91,81</b>    | <b>653,8</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                      | <b>570</b> | <b>22,27</b> | <b>21</b> | <b>91,81</b>    | <b>653,8</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.02.2024 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                          | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|---------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                             |         |         |        |            |         |
| 0             | Лук репчатый                                | 1       |         |        | 0,01       | 0,1     |
| 139           | Суп картофельный с бобовыми                 | 250     | 5,88    | 6      | 21,48      | 156,6   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)         | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 296,01      | **Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом | 100     | 18,27   | 5      | 3,31       | 136,3   |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом        | 180     | 7,1     | 6      | 43,16      | 264,5   |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов                 | 200     | 0,46    |        | 27,49      | 115,7   |
| 897           | Хлеб пшеничный                              | 20      | 1,62    |        | 9,76       | 48,4    |
| 1 148         | Хлеб ржаной                                 | 20      | 1,7     | 1      | 8,5        | 51,8    |
| Итого за Обед |                                             | 776     | 36,18   | 19     | 113,75     | 785,2   |
| Итого за день |                                             | 776     | 36,18   | 19     | 113,75     | 785,2   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.02.2024 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                    | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|---------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                       |         |         |        |            |         |
| 0             | Чеснок                                | 1       | 0,01    |        | 0,03       | 0,2     |
| 1 021         | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 250     | 3,79    | 7      | 17,34      | 147,5   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)   | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 025         | **Жаркое по-домашнему из свинины      | 220     | 13,36   | 31     | 27,28      | 438,1   |
| 930           | Напиток Ягодка                        | 200     | 0,12    |        | 14,85      | 61,1    |
| 897           | Хлеб пшеничный                        | 45      | 3,65    |        | 21,96      | 108,9   |
| 1 148         | Хлеб ржаной                           | 40      | 3,4     | 1      | 17         | 103,6   |
| 948           | Шаньга со сметаной                    | 70      | 6,12    | 4      | 31,12      | 146,1   |
| Итого за Обед |                                       | 831     | 31,6    | 44     | 129,62     | 1 017,3 |
| Итого за день |                                       | 831     | 31,6    | 44     | 129,62     | 1 017,3 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.02.2024 (среда)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 0              | Лук репчатый                                        | 1       |            |           | 0,01            | 0,1     |
| 1 024          | Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью | 100     | 1,6        | 5         | 10,09           | 93,9    |
| 1 017,01       | Суп картофельный с рыбой                            | 250     | 4,65       | 3         | 19,88           | 127,1   |
| 1 024          | **Гуляш из мяса птицы                               | 100     | 18,82      | 7         | 6,59            | 255,4   |
| 995            | Пюре картофельное                                   | 180     | 3,95       | 6         | 26,51           | 177,2   |
| 928            | Компот из смеси сухофруктов                         | 200     | 0,46       |           | 27,49           | 115,7   |
| 897            | Хлеб пшеничный                                      | 20      | 1,62       |           | 9,76            | 48,4    |
| 1 148          | Хлеб ржаной                                         | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| Итого за Обед  |                                                     | 871     | 32,8       | 22        | 108,83          | 869,6   |
| Итого за день  |                                                     | 871     | 32,8       | 22        | 108,83          | 869,6   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.02.2024 (четверг)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда           | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                              |         |            |           |                 |         |
| 0              | Чеснок                       | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 015          | Суп-лапша на курином бульоне | 250     | 5,55       | 5         | 15,75           | 158     |
| 1 107          | Биточек рыбный               | 100     | 13,25      | 9         | 15,89           | 201,2   |
| 600,01         | Соус сметанный с томатом     | 20      | 0,28       | 1         | 1,35            | 15,8    |
| 512            | Рис припущенный              | 180     | 4,01       | 5         | 42,01           | 264,6   |
| 925            | Напиток апельсиновый или     | 200     | 0,2        |           | 25,73           | 105,2   |
| 897            | Хлеб пшеничный               | 20      | 1,62       |           | 9,76            | 48,4    |
| 1 148          | Хлеб ржаной                  | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 445            | Гребешок с повидлом          | 70      | 5,38       | 2         | 46,68           | 224,8   |
| Итого за Обед  |                              | 861     | 32         | 23        | 165,7           | 1 070   |
| Итого за день  |                              | 861     | 32         | 23        | 165,7           | 1 070   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.02.2024 (пятница)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р**

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                  | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|----------------------|-------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Обед</b>          |                                     |            |              |           |                 |              |
| 0                    | Лук репчатый                        | 1          |              |           | 0,01            | 0,1          |
| 1 113                | Суп картофельный с клецками         | 250        | 6,48         | 5         | 27,7            | 178,5        |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5          | 1,15         | 1         | 0,04            | 11,8         |
| 907                  | Тефтели мясные с луком              | 100        | 14,01        | 14        | 13,84           | 239,1        |
| 901                  | Соус красный основной               | 30         | 0,21         | 2         | 2,25            | 23,6         |
| 1 000                | Каша перловая рассыпчатая           | 180        | 5,63         | 6         | 40,17           | 239,9        |
| 705                  | Напиток из плодов шиповника         | 200        | 0,68         |           | 25,63           | 120,6        |
| 897                  | Хлеб пшеничный                      | 20         | 1,62         |           | 9,76            | 48,4         |
| 1 148                | Хлеб ржаной                         | 20         | 1,7          | 1         | 8,5             | 51,8         |
| 941                  | Сдоба обыкновенная                  | 75         | 7,1          | 3         | 44,37           | 222,2        |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | <b>881</b> | <b>38,58</b> | <b>32</b> | <b>172,27</b>   | <b>1 136</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                     | <b>881</b> | <b>38,58</b> | <b>32</b> | <b>172,27</b>   | <b>1 136</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.02.2024 (суббота)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 138 р**

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                            | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|----------------------|-----------------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                               |            |              |           |                 |                |
| 0                    | Чеснок                                        | 1          | 0,01         |           | 0,03            | 0,2            |
| 817                  | Маринад овощной                               | 100        | 0,95         | 10        | 8,28            | 128            |
| 124                  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250        | 2,06         | 6         | 10,11           | 105,4          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5          | 1,15         | 1         | 0,04            | 11,8           |
| 1 283,01             | Котлета по-Хлыновски                          | 100        | 16,57        | 13        | 10,49           | 255,2          |
| 901                  | Соус красный основной                         | 20         | 0,14         | 1         | 1,5             | 15,7           |
| 998                  | Каша гречневая рассыпчатая                    | 180        | 9,06         | 7         | 47,22           | 289            |
| 912                  | Компот из свежих яблок                        | 200        | 0,16         |           | 23,88           | 99,1           |
| 897                  | Хлеб пшеничный                                | 20         | 1,62         |           | 9,76            | 48,4           |
| 1 148                | Хлеб ржаной                                   | 20         | 1,7          | 1         | 8,5             | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                               | <b>896</b> | <b>33,42</b> | <b>39</b> | <b>119,81</b>   | <b>1 004,6</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                               | <b>896</b> | <b>33,42</b> | <b>39</b> | <b>119,81</b>   | <b>1 004,6</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.02.2024 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                       | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |            |              |           |                 |              |
| 810                     | Бутерброд с сыром                                        | 30         | 3,36         | 2         | 12,33           | 84           |
| 846                     | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 200        | 6,05         | 9         | 28,52           | 220,3        |
| 971                     | Чай ягодный                                              | 200        | 0,1          |           | 14,97           | 59,9         |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                              | 20         | 1,7          | 1         | 8,5             | 51,8         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                           | 30         | 2,43         |           | 14,64           | 72,6         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>480</b> | <b>13,64</b> | <b>12</b> | <b>78,96</b>    | <b>488,6</b> |

|                      |                                             |              |              |           |               |                |
|----------------------|---------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                             |              |              |           |               |                |
| 0                    | Лук репчатый                                | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 139                  | Суп картофельный с бобовыми                 | 250          | 5,88         | 6         | 21,48         | 156,6          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)         | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 296,01             | **Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом | 100          | 18,27        | 5         | 3,31          | 136,3          |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом        | 180          | 7,1          | 6         | 43,16         | 264,5          |
| 928                  | Компот из смеси сухофруктов                 | 200          | 0,46         |           | 27,49         | 115,7          |
| 897                  | Хлеб пшеничный                              | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| 1 148                | Хлеб ржаной                                 | 20           | 1,7          | 1         | 8,5           | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                             | <b>776</b>   | <b>36,18</b> | <b>19</b> | <b>113,75</b> | <b>785,2</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                             | <b>1 256</b> | <b>49,82</b> | <b>31</b> | <b>192,71</b> | <b>1 273,8</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.02.2024 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                             | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                |            |              |           |                 |              |
| 853                     | Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая | 200        | 7,51         | 7         | 41,1            | 263,3        |
| 1 066,01                | **Сырники                                      | 70         | 7,7          | 7         | 13,94           | 158,2        |
| 902                     | Молоко сгущенное                               | 30         | 2,37         | 3         | 16,32           | 96,3         |
| 828                     | Чай с сахаром*                                 | 200        |              |           | 14,97           | 59,9         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                 | 30         | 2,43         |           | 14,64           | 72,6         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                | <b>530</b> | <b>20,01</b> | <b>17</b> | <b>100,97</b>   | <b>650,3</b> |

|                      |                                        |              |              |           |               |                |
|----------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |              |              |           |               |                |
| 0                    | Чеснок                                 | 1            | 0,01         |           | 0,03          | 0,2            |
| 1 021                | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250          | 3,79         | 7         | 17,34         | 147,5          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 025                | **Жаркое по-домашнему из свинины       | 220          | 13,36        | 31        | 27,28         | 438,1          |
| 930                  | Напиток Ягодка                         | 200          | 0,12         |           | 14,85         | 61,1           |
| 897                  | Хлеб пшеничный                         | 45           | 3,65         |           | 21,96         | 108,9          |
| 1 148                | Хлеб ржаной                            | 40           | 3,4          | 1         | 17            | 103,6          |
| 948                  | Шаньга со сметаной                     | 70           | 6,12         | 4         | 31,12         | 146,1          |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>831</b>   | <b>31,6</b>  | <b>44</b> | <b>129,62</b> | <b>1 017,3</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1 361</b> | <b>51,61</b> | <b>61</b> | <b>230,59</b> | <b>1 667,6</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.02.2024 (среда)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                  | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                     |              |              |           |                 |                |
| 1 141                   | Печенье детское (конд изд)                          | 70           | 5,25         | 7         | 52,08           | 284,9          |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным     | 200          | 7,79         | 7         | 55,95           | 254,3          |
| 686                     | Чай с лимоном*                                      | 200          | 0,06         |           | 15,16           | 59,9           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                      | 30           | 2,43         |           | 14,64           | 72,6           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                     | <b>500</b>   | <b>15,53</b> | <b>14</b> | <b>137,83</b>   | <b>671,7</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                     |              |              |           |                 |                |
| 0                       | Лук репчатый                                        | 1            |              |           | 0,01            | 0,1            |
| 1 024                   | Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью | 100          | 1,6          | 5         | 10,09           | 93,9           |
| 1 017,01                | Суп картофельный с рыбой                            | 250          | 4,65         | 3         | 19,88           | 127,1          |
| 1 024                   | **Гуляш из мяса птицы                               | 100          | 18,82        | 7         | 6,59            | 255,4          |
| 995                     | Пюре картофельное                                   | 180          | 3,95         | 6         | 26,51           | 177,2          |
| 928                     | Компот из смеси сухофруктов                         | 200          | 0,46         |           | 27,49           | 115,7          |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                      | 20           | 1,62         |           | 9,76            | 48,4           |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                         | 20           | 1,7          | 1         | 8,5             | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                     | <b>871</b>   | <b>32,8</b>  | <b>22</b> | <b>108,83</b>   | <b>869,6</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                     | <b>1 371</b> | <b>48,33</b> | <b>36</b> | <b>246,66</b>   | <b>1 541,3</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.02.2024 (четверг)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |              |              |           |                 |                |
| 808                     | Бутерброд с маслом сливочным                      | 30           | 1,88         | 6         | 12,41           | 113,3          |
| 302                     | Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным | 280          | 11,86        | 11        | 61,51           | 428,5          |
| 971                     | Чай ягодный                                       | 200          | 0,1          |           | 14,97           | 59,9           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                    | 40           | 3,24         |           | 19,52           | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b>   | <b>17,08</b> | <b>17</b> | <b>108,41</b>   | <b>698,5</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                   |              |              |           |                 |                |
| 0                       | Чеснок                                            | 1            | 0,01         |           | 0,03            | 0,2            |
| 1 015                   | Суп-лапша на курином бульоне                      | 250          | 5,55         | 5         | 15,75           | 158            |
| 1 107                   | Биточек рыбный                                    | 100          | 13,25        | 9         | 15,89           | 201,2          |
| 600,01                  | Соус сметанный с томатом                          | 20           | 0,28         | 1         | 1,35            | 15,8           |
| 512                     | Рис припущенный                                   | 180          | 4,01         | 5         | 42,01           | 264,6          |
| 925                     | Напиток апельсиновый или                          | 200          | 0,2          |           | 25,73           | 105,2          |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                    | 20           | 1,62         |           | 9,76            | 48,4           |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                       | 20           | 1,7          | 1         | 8,5             | 51,8           |
| 445                     | Гребешок с повидлом                               | 70           | 5,38         | 2         | 46,68           | 224,8          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>861</b>   | <b>32</b>    | <b>23</b> | <b>165,7</b>    | <b>1 070</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 411</b> | <b>49,08</b> | <b>40</b> | <b>274,11</b>   | <b>1 768,5</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.02.2024 (пятница)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                         | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                            |              |              |           |               |                |
| 810                     | Бутерброд с сыром                          | 30           | 3,36         | 2         | 12,33         | 84             |
| 851                     | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180          | 5,79         | 3         | 28,83         | 214,2          |
| 828                     | Чай с сахаром*                             | 200          |              |           | 14,97         | 59,9           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                             | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| 976                     | Яблоки свежие                              | 120          | 0,48         |           | 11,76         | 56,4           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>550</b>   | <b>11,25</b> | <b>5</b>  | <b>77,65</b>  | <b>462,9</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                            |              |              |           |               |                |
| 0                       | Лук репчатый                               | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 1 113                   | Суп картофельный с клецками                | 250          | 6,48         | 5         | 27,7          | 178,5          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)        | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 907                     | Тефтели мясные с луком                     | 100          | 14,01        | 14        | 13,84         | 239,1          |
| 901                     | Соус красный основной                      | 30           | 0,21         | 2         | 2,25          | 23,6           |
| 1 000                   | Каша перловая рассыпчатая                  | 180          | 5,63         | 6         | 40,17         | 239,9          |
| 705                     | Напиток из плодов шиповника                | 200          | 0,68         |           | 25,63         | 120,6          |
| 897                     | Хлеб пшеничный                             | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                | 20           | 1,7          | 1         | 8,5           | 51,8           |
| 941                     | Сдоба обыкновенная                         | 75           | 7,1          | 3         | 44,37         | 222,2          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                            | <b>881</b>   | <b>38,58</b> | <b>32</b> | <b>172,27</b> | <b>1 136</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                            | <b>1 431</b> | <b>49,83</b> | <b>37</b> | <b>249,92</b> | <b>1 598,9</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.02.2024 (суббота)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                            | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-----------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                               |              |              |           |               |                |
| 1 027                   | **Котлета Домашняя                            | 70           | 9,33         | 8         |               | 126            |
| 901                     | Соус красный основной                         | 20           | 0,14         | 1         | 1,5           | 15,7           |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом          | 180          | 7,1          | 6         | 43,16         | 264,5          |
| 686                     | Чай с лимоном*                                | 200          | 0,06         |           | 15,16         | 59,9           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| 678,01                  | Бисквит яблочный                              | 80           | 4,02         | 6         | 22,23         | 139,3          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                               | <b>570</b>   | <b>22,27</b> | <b>21</b> | <b>91,81</b>  | <b>653,8</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                               |              |              |           |               |                |
| 817                     | Маринад овощной                               | 100          | 0,95         | 10        | 8,28          | 128            |
| 124                     | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250          | 2,06         | 6         | 10,11         | 105,4          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)           | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 283,01                | Котлета по-Хлыновски                          | 100          | 16,57        | 13        | 10,49         | 255,2          |
| 901                     | Соус красный основной                         | 20           | 0,14         | 1         | 1,5           | 15,7           |
| 998                     | Каша гречневая рассыпчатая                    | 180          | 9,06         | 7         | 47,22         | 289            |
| 912                     | Компот из свежих яблок                        | 200          | 0,16         |           | 23,88         | 99,1           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                   | 20           | 1,7          | 1         | 8,5           | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                               | <b>895</b>   | <b>33,41</b> | <b>39</b> | <b>119,78</b> | <b>1 004,4</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                               | <b>1 465</b> | <b>55,68</b> | <b>60</b> | <b>211,59</b> | <b>1 658,2</b> |