

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

31.03.2025 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	19,77	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>25,48</b>	<b>39</b>	<b>101,1</b>	<b>791,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>765</b>	<b>25,48</b>	<b>39</b>	<b>101,1</b>	<b>791,6</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



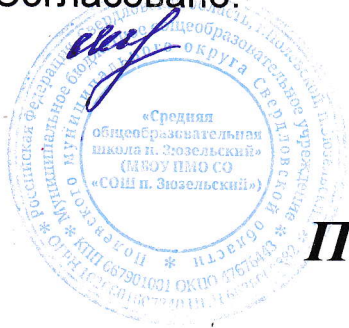
Ю.Козырева

01.04.2025 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	103
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
1 027,16	Котлета куриная Особая @	90	12	10	7,2	162
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>28,56</b>	<b>28</b>	<b>88,16</b>	<b>827,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>805</b>	<b>28,56</b>	<b>28</b>	<b>88,16</b>	<b>827,4</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

02.04.2025 (среда)

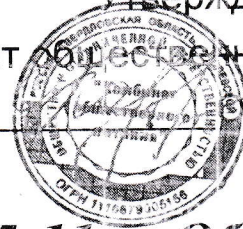
### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	Птица, тушенная в соусе красном с овощами @	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	190	9,57	13	50,47	305,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>795</b>	<b>35,92</b>	<b>39</b>	<b>130,83</b>	<b>891</b>
<b>Итого за день</b>		<b>795</b>	<b>35,92</b>	<b>39</b>	<b>130,83</b>	<b>891</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



03.04.2025 (четверг)

**Полевской ШУ 5-1 кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,13	Котлета Деревенская @	90	12	10		162
995	Пюре картофельное	180	3,97	10	32,61	252
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>780</b>	<b>29,99</b>	<b>24</b>	<b>104,8</b>	<b>788,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>780</b>	<b>29,99</b>	<b>24</b>	<b>104,8</b>	<b>788,6</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



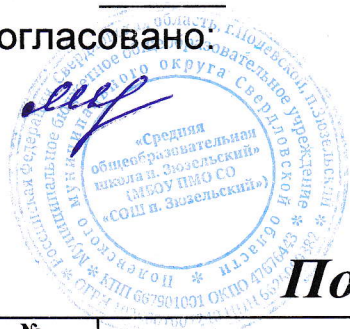
04.04.2025 (пятница)

**Полевской ШУ 5-1 кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	Шницель из мяса птицы @	90	3,3	6	19,99	150,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1

828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
<b>Итого за Обед</b>		800	21,93	29	124,58	811,3
<b>Итого за день</b>		800	21,93	29	124,58	811,3

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

05.04.2025 (суббота)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	5	9,2	137,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	Плов с мясом птицы @	230	21,4	26	44,49	436,7
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7
<b>Итого за Обед</b>		745	30,28	34	99,49	811,4
<b>Итого за день</b>		745	30,28	34	99,49	811,4

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

31.03.2025 (понедельник)

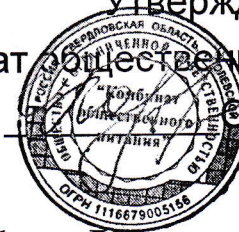
### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	103
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
686,02	Чай с лимоном @ 200	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>19,39</b>	<b>17</b>	<b>76,77</b>	<b>499,7</b>
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	19,77	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>25,48</b>	<b>39</b>	<b>101,1</b>	<b>791,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 265</b>	<b>44,87</b>	<b>56</b>	<b>177,87</b>	<b>1 291,3</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

01.04.2025 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,92	11	32,75	300
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>14,95</b>	<b>16</b>	<b>74,41</b>	<b>559,2</b>
<b>Обед</b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	103
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
1 027,16	Котлета куриная Особая_@	90	12	10	7,2	162
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Обед</b>		805	28,56	28	88,16	827,4
<b>Итого за день</b>		1 325	43,51	44	162,57	1 386,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

02.04.2025 (среда)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,01	Блинчики_@	50	2,75	3	17,75	107,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	230	6,23	7	38,91	225,4
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		540	12,84	12	91,31	517,3

**Обед**

1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	Птица, тушенная в соусе красном с овощами_@	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	190	9,57	13	50,47	305,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7
<b>Итого за Обед</b>		795	35,92	39	130,83	891
<b>Итого за день</b>		1 335	48,76	51	222,14	1 408,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

03.04.2025 (четверг)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	20	7,4	10	31,67	243,6
828	Чай с сахаром @	20			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		500	11,68	12	73,82	494,8

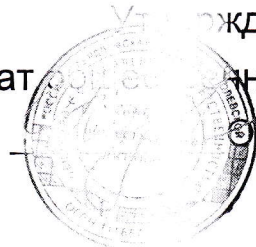
Обед

1 049	Суп-пюре из гороха	20	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	1,3		7,81	40
1 027,13	Котлета Деревенская @	10	12	10		162
995	Пюре картофельное	20	3,97	10	32,61	252
971	Чай ягодный	20	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		500	28,92	24	99,45	760,2
Итого за день		1 000	40,6	36	173,27	1 255

Согласовано:



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



04.04.2025 (пятница)

**Полевской ШУ 5-11кл. Меню на завтрак. Энергетический комплекс 241 руб**

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

Завтрак

1 046	Бутерброд с повидлом	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	21,25	24	41,12	349,2
828	Чай с сахаром @			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		27,27	27	87,96	623,1

Обед

1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	Шницель из мяса птицы @	3,3	6	19,99	150,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	9,06	12	47,82	289
1 126	Соус томатный	0,12	1	1,16	11,1
828	Чай с сахаром @			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	2,12	1	12,12	67,2
Итого за Обед		21,93	29	124,58	811,3
Итого за день		49,2	56	212,54	1 434,4



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884140

Владелец Мустафина Елена Сергеевна

Действителен с 30.08.2024 по 30.08.2025