

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
Итого за Завтрак		500	19,39	17	76,77	499,7
Итого за день		500	19,39	17	76,77	499,7

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>							
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
14 539,27		Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
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			520	15,15	16	69,94	526,1
Итого за день			520	15,15	16	69,94	526,1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
Итого за Завтрак		540	12,84	12	91,31	517,3
Итого за день		540	12,84	12	91,31	517,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
Итого за Завтрак		500	19,39	17	76,77	499,7
Итого за день		500	19,39	17	76,77	499,7

№ рецептуры		Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>							
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
14 539,27		Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
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			520	15,15	16	69,94	526,1
Итого за день			520	15,15	16	69,94	526,1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
Итого за Завтрак		540	12,84	12	91,31	517,3
Итого за день		540	12,84	12	91,31	517,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

12.05.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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
Итого за Обед		765	25,48	39	101,1	791,6
Итого за день		765	25,48	39	101,1	791,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

13.05.2025 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
686	Чай с лимоном @	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
Итого за Обед		795	24,71	26	92,4	786
Итого за день		795	24,71	26	92,4	786

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

14.05.2025 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
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
Итого за Обед		795	35,92	39	130,83	891
Итого за день		795	35,92	39	130,83	891

Согласовано

«Средняя
общеобразовательная
школа п. Зюзельский»
(МБОУ ПМС СО
«СОШ п. Зюзельский»)

Поле

№ _____
рецептуры

Наимен

Утвержд
ат роцества

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"КОМПАНИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО
ПИТИЯ"
ОГРН 1110679005166

15.05.2025 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
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		770	32,82	18	103,79	730,1
Итого за день		770	32,82	18	103,79	730,1

Согласовано: _____

«Средняя общеобразовательная школа п. Зысельский» (МБОУ ПМО СО «СОШ п. Зысельский»)

№ _____

рецензент: _____

Наименование: _____

Утвержд
ат ро д е с т в е н

СНПН 1116679005168

16.05.2025 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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
Итого за Обед		800	21,93	29	124,58	811,3
Итого за день		800	21,93	29	124,58	811,3

Согласовано:

№ _____
рецензуры

Утверждаю
Атtestация

ГОСУДАРСТВЕННАЯ ОБЛАСТНАЯ
КАДЕМЬЯ
"ГОРЬКИЙ"
ИМЕНИ
"ИТЭЛ" АКАДЕМИИ
ОГРН 1116879005168

17.05.2025 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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
1 024	Гуляш из курицы @	90	16,94	6	5,93	229,8
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
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
Итого за Обед		785	29,48	18	90,94	875,1
Итого за день		785	29,48	18	90,94	875,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

12.05.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Маффин ванильный*	40	5,48	4	6,36	103
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак	500	19,39	17	76,77	499,7
Обед					
Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	19,77	137,9
Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
Гуляш из мяса свинины @	90	10,08	25	3,47	216,1
Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед	765	25,48	39	101,1	791,6
Итого за день	1 265	44,87	56	177,87	1 291,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

13.05.2025 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,92	11	32,75	300
Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак	520	15,15	16	69,94	526,1
Обед					
Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
Котлета куриная Особая @	90	12	10	7,2	162
Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед	785	24,64	25	91,65	778,1
Итого за день	1 305	39,79	41	161,59	1 304,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

14.05.2025 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Блинчики @	50	2,75	3	17,75	107,9
Повидло	20	0,02		3,28	13,5
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	230	6,23	7	38,91	225,4
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак	540	12,84	12	91,31	517,3
Обед					
Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
Птица, тушенная в соусе красном с овощами @	90	16,86	21	8,41	208,3
Каша гречневая рассыпчатая	190	9,57	13	50,47	305,1
Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7
Итого за Обед	795	35,92	39	130,83	891
Итого за день	1 335	48,76	51	222,14	1 408,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Е.Ю.Козырева

15.05.2025 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

п/п	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	220	7,4	10	31,67	243,6
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
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		570	11,88	12	69,35	461,7

Обед						
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
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		770	32,82	18	103,79	730,1
Итого за день		1 340	44,7	30	173,14	1 191,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Е.Ю.Козырева

16.05.2025 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
946	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	240	21,25	24	41,12	349,2
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
Итого за Завтрак		520	27,27	27	87,96	623,1

Обед						
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
Итого за Обед		800	21,93	29	124,58	811,3
Итого за день		1 320	49,2	56	212,54	1 434,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Е.Ю.Козырева

17.05.2025 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966,01	Сырники @	65	4,55	4	9,91	97,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	7,91	7	39,37	266,9
971	Чай ягодный	200	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 Завтрак		545	16,42	13	88,96	549,1

Обед						
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
1 024	Гуляш из курицы @	90	16,94	6	5,93	229,8
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
686	Чай с лимоном @	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
Итого за Обед		765	27,56	18	80,74	819,8
Итого за день		1 310	43,98	31	169,7	1 368,9

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884140

Владелец Мустафина Елена Сергеевна

Действителен с 30.08.2024 по 30.08.2025