

Согласовано:

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



03.10.2022 (понедельник)

## Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда           | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                              |         |            |           |                 |         |
| 808              | Бутерброд с маслом сливочным | 30      | 1,88       | 6         | 12,41           | 113,3   |
| 891              | Омлет запеченный или паровой | 110     | 9,53       | 14        | 0,6             | 170     |
| 1 148            | Хлеб ржаной                  | 40      | 3,4        | 1         | 17              | 103,6   |
| 686              | Чай с лимоном*               | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 976,03           | Фрукт                        | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                              | 500     | 15,35      | 21        | 56,93           | 503,2   |
| Итого за день    |                              | 500     | 15,35      | 21        | 56,93           | 503,2   |

Согласовано:

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



04.10.2022 (вторник)

## Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда         | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                            |         |            |           |                 |         |
| 1 028            | Колбаска витаминная        | 90      | 17,83      | 20        | 5,93            | 227,2   |
| 600,01           | Соус сметанный с томатом   | 20      | 0,34       | 2         | 1,4             | 18,1    |
| 998              | Каша гречневая рассыпчатая | 100     | 3,81       | 4         | 19,65           | 136,2   |
| 1 442            | Овощной микс               | 50      | 0,61       | 4         | 4,02            | 52,4    |
| 828              | Чай с сахаром*             | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.            | 20      | 2,13       | 1         | 8,71            | 54,8    |
| Итого за Завтрак |                            | 500     | 26,42      | 32        | 63,18           | 600,4   |
| Итого за день    |                            | 500     | 26,42      | 32        | 63,18           | 600,4   |

Согласовано:

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



05.10.2022 (среда)

## Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 808              | Бутерброд с маслом сливочным                             | 40      | 2,5        | 8         | 16,55           | 151,1   |
| 846              | Капа овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 200     | 6,05       | 9         | 28,52           | 220,3   |
| 854              | Чай с молоком                                            | 200     | 1,37       | 2         | 10,64           | 62      |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                              | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 976,03           | Фрукт                                                    | 100     | 0,4        |           | 9,8             | 47      |
| Итого за Завтрак |                                                          | 560     | 12,02      | 20        | 74,01           | 532,2   |
| Итого за день    |                                                          | 560     | 12,02      | 20        | 74,01           | 532,2   |

Согласовано:

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



06.10.2022 (четверг)

## Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                        |         |            |           |                 |         |
| 1 073            | Пудинг творожно-манный | 120     | 15,66      | 10        | 17,44           | 227,1   |
| 1 142            | Повидло                | 25      | 0,02       |           | 4,1             | 16,9    |
| 971              | Чай ягодный            | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 897              | Хлеб пшеничный         | 30      | 3,2        | 1         | 13,06           | 82,2    |
| 1 148            | Хлеб ржаной            | 25      | 2,13       | 1         | 10,63           | 64,8    |
| 976,03           | Фрукт                  | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                        | 520     | 21,49      | 12        | 71,96           | 507,3   |
| Итого за день    |                        | 520     | 21,49      | 12        | 71,96           | 507,3   |



Amuse 14.5

Патина Т.И.



Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

05.10.2022 (среда)

*Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р*

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u><b>Завтрак</b></u>   |                                                             |         |            |           |                 |         |
| 808                     | Бутерброд с маслом сливочным                                | 40      | 2,5        | 8         | 16,55           | 151,1   |
| 846                     | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная<br>с маслом сливочным | 250     | 7,56       | 11        | 35,65           | 275,4   |
| 854                     | Чай с молоком                                               | 200     | 1,37       | 2         | 10,64           | 62      |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                                 | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 976,03                  | Фрукт                                                       | 100     | 0,4        |           | 9,8             | 47      |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                             | 610     | 13,53      | 22        | 81,14           | 587,3   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                             | 610     | 13,53      | 22        | 81,14           | 587,3   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

06.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u><b>Завтрак</b></u>   |                        |         |            |           |                 |         |
| 1 073                   | Пудинг творожно-манный | 160     | 20,88      | 14        | 23,25           | 302,8   |
| 902                     | Молоко сгущенное соус  | 35      | 2,49       | 2         | 19,32           | 103,3   |
| 971                     | Чай ягодный            | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.        | 30      | 3,2        | 1         | 13,06           | 82,2    |
| 1 148                   | Хлеб ржаной            | 25      | 2,13       | 1         | 10,63           | 64,8    |
| 976,03                  | Фрукт                  | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                        | 570     | 29,18      | 18        | 92,99           | 669,4   |
| <b>Итого за день</b>    |                        | 570     | 29,18      | 18        | 92,99           | 669,4   |

James M. T

Am

УТВЕРЖДЕНО

Т. О. С. Сидорова

Секретарь

ОГРН 116673005158

Гамбург Т. 1



03.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры        | Наименование блюда           | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-----------------------|------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <i><u>Завтрак</u></i> |                              |         |            |           |                 |         |
| 808                   | Бутерброд с маслом сливочным | 30      | 1,88       | 6         | 12,41           | 113,3   |
| 891                   | Омлет запеченный или паровой | 110     | 9,53       | 14        | 0,6             | 170     |
| 1 148                 | Хлеб ржаной                  | 40      | 3,4        | 1         | 17              | 103,6   |
| 686                   | Чай с лимоном*               | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 976,03                | Фрукт                        | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак      |                              | 500     | 15,35      | 21        | 56,93           | 503,2   |

| <i>Обед</i>   |                                  |       |       |    |        |         |
|---------------|----------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 836           | Огурцы свежие порционно          | 60    | 0,48  |    | 1,56   | 8,4     |
| 52            | Суп рыбный «Мозаика»             | 200   | 6,26  | 4  | 26,73  | 170,8   |
| 1 105         | Гуляш из курицы                  | 90    | 15,31 | 20 | 3,16   | 202,6   |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая       | 150   | 5,72  | 6  | 29,48  | 204,2   |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов      | 200   | 2,3   | 1  | 112,5  | 481     |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный    | 20    | 0,15  |    | 0,98   | 47      |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| Итого за Обед |                                  | 740   | 31,75 | 31 | 184,39 | 1 163,3 |
| Итого за день |                                  | 1 240 | 47,1  | 52 | 241,32 | 1 666,5 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

04.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда         | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|----------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <b><i>Завтрак</i></b>   |                            |            |              |           |              |              |
| 1 028                   | Колбаска витаминная        | 90         | 17,83        | 20        | 5,93         | 227,2        |
| 600,01                  | Соус сметанный с томатом   | 20         | 0,34         | 2         | 1,4          | 18,1         |
| 998                     | Каша гречневая рассыпчатая | 100        | 3,81         | 4         | 19,65        | 136,2        |
| 1 442                   | Овощной микс               | 50         | 0,61         | 4         | 4,02         | 52,4         |
| 828                     | Чай с сахаром*             | 200        |              |           | 14,97        | 59,9         |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                | 20         | 1,7          | 1         | 8,5          | 51,8         |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.            | 20         | 2,13         | 1         | 8,71         | 54,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                            | <b>500</b> | <b>26,42</b> | <b>32</b> | <b>63,18</b> | <b>600,4</b> |

| Обед          |                                       |       |       |    |        |         |
|---------------|---------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 021         | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 220   | 1,61  | 5  | 9,12   | 88,8    |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)   | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 893,01        | Жаркое по-домашнему                   | 200   | 19,53 | 20 | 16,98  | 325,4   |
| 930           | Напиток Ягодка                        | 200   | 0,17  |    | 14,58  | 60,5    |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный         | 40    | 0,3   |    | 1,97   | 94      |
| 1 148         | Хлеб ржаной                           | 35    | 2,98  | 1  | 14,88  | 90,7    |
| Итого за Обед |                                       | 700   | 25,73 | 27 | 57,57  | 671,2   |
| Итого за день |                                       | 1 200 | 52,15 | 59 | 120,75 | 1 271,6 |

Family

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



05.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 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                             | 40      | 2,5        | 8         | 16,55           | 151,1   |
| 846              | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 200     | 6,05       | 9         | 28,52           | 220,3   |
| 854              | Чай с молоком                                            | 200     | 1,37       | 2         | 10,64           | 62      |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                              | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 976,03           | Фрукт                                                    | 100     | 0,4        |           | 9,8             | 47      |
| Итого за Завтрак |                                                          | 560     | 12,02      | 20        | 74,01           | 532,2   |

**Обед**

|               |                                           |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 836           | Огурцы свежие порционно                   | 60    | 0,48  |    | 1,56   | 8,4     |
| 139,01        | Суп картофельный с фасолью                | 200   | 4,01  | 2  | 14,05  | 93,1    |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)       | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 296         | Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом | 90    | 36,25 | 29 | 2,78   | 342,5   |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом      | 150   | 5,92  | 5  | 35,96  | 212     |
| 925           | Напиток апельсиновый*                     | 200   | 0,2   |    | 25,73  | 95,8    |
| 894           | Хлеб пшеничный из муки 1с                 | 20    | 1,05  |    | 6,44   | 31,3    |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный          | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| Итого за Обед |                                           | 745   | 50,58 | 37 | 96,54  | 844,2   |
| Итого за день |                                           | 1 305 | 62,6  | 57 | 170,55 | 1 376,4 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



06.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                        |         |            |           |                 |         |
| 1 073            | Пудинг творожно-манный | 120     | 15,66      | 10        | 17,44           | 227,1   |
| 1 142            | Повидло                | 25      | 0,02       |           | 4,1             | 16,9    |
| 971              | Чай ягодный            | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 897              | Хлеб пшеничный         | 30      | 3,2        | 1         | 13,06           | 82,2    |
| 1 148            | Хлеб ржаной            | 25      | 2,13       | 1         | 10,63           | 64,8    |
| 976,03           | Фрукт                  | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                        | 520     | 21,49      | 12        | 71,96           | 507,3   |

**Обед**

|               |                                     |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 113         | Суп картофельный с клецками         | 200   | 2,02  | 2  | 18,96  | 104,1   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 070         | Рыба, тушенная в томате с овощами   | 90    | 8,48  | 4  | 3,86   | 117     |
| 512           | Рис припущенный                     | 150   | 3,71  | 5  | 38,9   | 212     |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов         | 200   | 2,3   | 1  | 112,5  | 481     |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 30    | 0,23  |    | 1,48   | 70,5    |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 25    | 1,91  |    | 12,47  | 61,6    |
| Итого за Обед |                                     | 700   | 19,79 | 13 | 188,21 | 1 058   |
| Итого за день |                                     | 1 220 | 41,28 | 25 | 260,17 | 1 565,3 |



07.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                         | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <i>Завтрак</i>   |                                            |         |            |           |                 |         |
| 851              | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 200     | 6,43       | 4         | 32,03           | 238     |
| 828              | Чай с сахаром*                             | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 678              | Шарлотка с яблоками                        | 80      | 3,5        | 5         | 28,44           | 174,4   |
| Итого за Завтрак |                                            | 500     | 11,63      | 10        | 83,94           | 524,1   |

| Обед          |                                             |       |       |    |        |         |
|---------------|---------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 015         | Суп-лапша на курином бульоне                | 200   | 2,35  | 5  | 11,21  | 96,5    |
| 829           | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100   | 8     | 6  | 5,63   | 110,2   |
| 995           | Пюре картофельное                           | 150   | 4,08  | 6  | 24,96  | 187,4   |
| 917,02        | Компот из ягод                              | 200   |       |    | 19,96  | 79,8    |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный               | 30    | 0,23  |    | 1,48   | 70,5    |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный            | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| Итого за Обед |                                             | 700   | 16,19 | 17 | 73,22  | 593,7   |
| Итого за день |                                             | 1 200 | 27,82 | 27 | 157,16 | 1 117,8 |

Согласовано:

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

08.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                   | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <i><b>Завтрак</b></i>   |                                      |            |              |           |                 |              |
| 966                     | Голубцы ленивые из мяса кур          | 90         | 12,13        | 13        | 5,81            | 157,6        |
| 901                     | Соус красный основной                | 20         | 0,2          | 1         | 1,5             | 10,4         |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом | 150        | 5,92         | 5         | 35,96           | 212          |
| 686                     | Чай с лимоном*                       | 200        | 0,06         |           | 15,16           | 59,9         |
| 894                     | Хлеб пшеничный из муки 1с            | 20         | 1,05         |           | 6,44            | 31,3         |
| 976,03                  | Фрукт                                | 100        | 0,4          |           | 9,8             | 47           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                      | <b>580</b> | <b>19,76</b> | <b>19</b> | <b>74,67</b>    | <b>518,2</b> |

| Обед     |                                                                      |       |       |    |        |         |
|----------|----------------------------------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 099    | Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным | 60    | 1,97  | 6  | 1,4    | 71,5    |
| 1 048    | Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной              | 200   | 1,52  | 4  | 7,38   | 73,7    |
| 1 052    | Мясо кур отварное (для первых блюд)                                  | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 283,01 | Котлета по-Хлыновски *                                               | 90    | 8,71  | 20 | 11,83  | 337,4   |
| 901      | Соус красный основной                                                | 20    | 0,2   | 1  | 1,5    | 10,4    |
| 857      | Пюре гороховое                                                       | 150   | 14,37 | 5  | 34,65  | 245,5   |
| 912      | Компот из свежих яблок.                                              | 200   | 0,16  |    | 23,88  | 99,1    |
| 897,01   | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                                        | 20    | 0,15  |    | 0,98   | 47      |
| 1 186    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                     | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
|          | Итого за Обед                                                        | 765   | 29,75 | 37 | 91,64  | 945,7   |
|          | Итого за день                                                        | 1 345 | 49,51 | 56 | 166,31 | 1 463,9 |



Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

03.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| №<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   |
| 891              | Омлет запеченный или паровой | 160     | 13,86      | 21        | 0,87            | 247,3   |
| 1 148            | Хлеб ржаной                  | 30      | 2,55       | 1         | 12,75           | 77,7    |
| 686              | Чай с лимоном*               | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 976,03           | Фрукт                        | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                              | 540     | 18,83      | 28        | 52,95           | 554,6   |

## Обед

|               |                                  |       |       |    |        |         |
|---------------|----------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 836           | Огурцы свежие порционно          | 100   | 0,8   |    | 2,59   | 14      |
| 52            | Суп рыбный «Мозаика»             | 250   | 7,82  | 5  | 33,42  | 213,6   |
| 1 105         | Гуляш из курицы                  | 100   | 17,02 | 22 | 3,51   | 225,1   |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая       | 180   | 6,86  | 7  | 35,37  | 245,1   |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов      | 200   | 2,3   | 1  | 112,5  | 481     |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный    | 20    | 0,15  |    | 0,98   | 47      |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| Итого за Обед |                                  | 870   | 36,48 | 35 | 198,35 | 1 275,1 |
| Итого за день |                                  | 1 410 | 55,31 | 63 | 251,3  | 1 829,7 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю. Козырева

04.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда         | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                            |         |            |           |                 |         |
| 1 028            | Колбаска витаминная        | 90      | 17,83      | 20        | 5,93            | 227,2   |
| 600,01           | Соус сметанный с томатом   | 20      | 0,34       | 2         | 1,4             | 18,1    |
| 998              | Каша гречневая рассыпчатая | 150     | 5,72       | 6         | 29,48           | 204,2   |
| 1 442            | Овощной микс               | 50      | 0,61       | 4         | 4,02            | 52,4    |
| 828              | Чай с сахаром*             | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.            | 20      | 2,13       | 1         | 8,71            | 54,8    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| Итого за Завтрак |                            | 550     | 28,33      | 34        | 73,01           | 668,4   |

## Обед

|               |                                        |       |       |    |        |         |
|---------------|----------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250   | 1,83  | 6  | 10,37  | 100,9   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 893,01        | Жаркое по-домашнему                    | 225   | 21,98 | 22 | 19,11  | 366,1   |
| 930           | Напиток Ягодка                         | 200   | 0,17  |    | 14,58  | 60,5    |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный          | 20    | 0,15  |    | 0,98   | 47      |
| 1 148         | Хлеб ржаной                            | 20    | 1,7   | 1  | 8,5    | 51,8    |
| 941           | Сдоба обыкновенная                     | 80    | 7,57  | 4  | 47,32  | 237     |
| Итого за Обед |                                        | 800   | 34,54 | 34 | 100,9  | 875,1   |
| Итого за день |                                        | 1 350 | 62,87 | 68 | 173,91 | 1 543,5 |



Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



05.10.2022 (среда)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| № рецептуры      | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                          |         |         |        |             |         |
| 808              | Бутерброд с маслом сливочным                             | 40      | 2,5     | 8      | 16,55       | 151,1   |
| 846              | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 250     | 7,56    | 11     | 35,65       | 275,4   |
| 854              | Чай с молоком                                            | 200     | 1,37    | 2      | 10,64       | 62      |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                              | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| 976,03           | Фрукт                                                    | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 47      |
| Итого за Завтрак |                                                          | 610     | 13,53   | 22     | 81,14       | 587,3   |

**Обед**

|               |                                           |       |       |    |        |       |
|---------------|-------------------------------------------|-------|-------|----|--------|-------|
| 836           | Огурцы свежие порционно                   | 100   | 0,8   |    | 2,59   | 14    |
| 139,01        | Суп картофельный с фасолью                | 250   | 5,02  | 3  | 17,56  | 116,4 |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)       | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8  |
| 1 296         | Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом | 100   | 40,28 | 32 | 3,09   | 380,6 |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом      | 180   | 7,1   | 6  | 43,16  | 254,5 |
| 925           | Напиток апельсиновый*                     | 200   | 0,2   |    | 25,73  | 95,8  |
| 894           | Хлеб пшеничный из муки 1с                 | 20    | 1,05  |    | 6,44   | 31,3  |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный          | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3  |
| Итого за Обед |                                           | 875   | 57,12 | 42 | 108,59 | 953,7 |
| Итого за день |                                           | 1 485 | 70,65 | 64 | 189,73 | 1 541 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



06.10.2022 (четверг)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| № рецептуры      | Наименование блюда     | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                        |         |         |        |             |         |
| 1 073            | Пудинг творожно-манный | 160     | 20,88   | 14     | 23,25       | 302,8   |
| 1 142            | Повидло                | 35      | 0,03    |        | 5,74        | 23,7    |
| 971              | Чай ягодный            | 200     |         |        | 14,97       | 59,9    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.        | 30      | 3,2     | 1      | 13,06       | 82,2    |
| 1 148            | Хлеб ржаной            | 25      | 2,13    | 1      | 10,63       | 64,8    |
| 976,03           | Фрукт                  | 120     | 0,48    |        | 11,76       | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                        | 570     | 26,72   | 16     | 79,41       | 589,8   |

**Обед**

|               |                                     |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 113         | Суп картофельный с клецками         | 250   | 2,52  | 3  | 23,7   | 130,1   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 070         | Рыба, тушенная в томате с овощами   | 100   | 9,43  | 4  | 4,28   | 130     |
| 512           | Рис припущенный                     | 180   | 4,46  | 6  | 46,68  | 254,5   |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов         | 200   | 2,3   | 1  | 112,5  | 481     |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 20    | 0,15  |    | 0,98   | 47      |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| 445           | Гребешок с повидлом                 | 60    | 0,93  | 3  | 8,39   | 67,9    |
| Итого за Обед |                                     | 835   | 22,46 | 18 | 206,55 | 1 171,6 |
| Итого за день |                                     | 1 405 | 49,18 | 34 | 285,96 | 1 761,4 |



Согласовано:

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



07.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                         | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                            |         |            |           |                 |         |
| 851              | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 250     | 8,04       | 4         | 40,04           | 297,5   |
| 828              | Чай с сахаром*                             | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 678              | Шарлотка с яблоками                        | 80      | 3,5        | 5         | 28,44           | 174,4   |
| Итого за Завтрак |                                            | 550     | 13,24      | 10        | 91,95           | 583,6   |

**Обед**

|               |                                             |       |       |    |        |         |
|---------------|---------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 015         | Суп-лапша на курином бульоне                | 250   | 2,94  | 6  | 14,01  | 120,6   |
| 829           | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100   | 8     | 6  | 5,63   | 110,2   |
| 995           | Пюре картофельное                           | 180   | 4,89  | 7  | 29,95  | 224,9   |
| 917,02        | Компот из ягод                              | 200   |       |    | 19,96  | 79,8    |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный               | 20    | 0,15  |    | 0,98   | 47      |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный            | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| 1 190         | Ватрушка с творогом*                        | 60    | 5,7   | 6  | 18,49  | 149,7   |
| Итого за Обед |                                             | 830   | 23,21 | 25 | 99     | 781,5   |
| Итого за день |                                             | 1 380 | 36,45 | 35 | 190,95 | 1 365,1 |

Согласовано:

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



08.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                      |         |            |           |                 |         |
| 966              | Голубцы ленивые из мяса кур          | 90      | 12,13      | 13        | 5,81            | 157,6   |
| 901              | Соус красный основной                | 20      | 0,2        | 1         | 1,5             | 10,4    |
| 516              | Макаронные изделия отварные с маслом | 150     | 5,92       | 5         | 35,96           | 212     |
| 686              | Чай с лимоном*                       | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 894              | Хлеб пшеничный из муки 1с            | 20      | 1,05       |           | 6,44            | 31,3    |
| 976,03           | Фрукт                                | 100     | 0,4        |           | 9,8             | 47      |
| Итого за Завтрак |                                      | 580     | 19,76      | 19        | 74,67           | 518,2   |

**Обед**

|               |                                                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|----------------------------------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 099         | Салат Луток из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным | 100   | 3,29  | 10 | 2,33   | 119,2   |
| 1 048         | Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной              | 250   | 1,9   | 5  | 9,23   | 92,2    |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)                                  | 5     | 1,14  | 1  | 0,04   | 11,8    |
| 1 283,01      | Котлета по-Хлыновски *                                               | 100   | 9,68  | 22 | 13,14  | 374,9   |
| 901           | Соус красный основной                                                | 20    | 0,2   | 1  | 1,5    | 10,4    |
| 857           | Пюре гороховое                                                       | 180   | 17,24 | 7  | 41,58  | 294,6   |
| 912           | Компот из свежих яблок.                                              | 200   | 0,16  |    | 23,88  | 99,1    |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                                        | 20    | 0,15  |    | 0,98   | 47      |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                     | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| Итого за Обед |                                                                      | 895   | 35,29 | 46 | 102,66 | 1 098,5 |
| Итого за день |                                                                      | 1 475 | 55,05 | 65 | 177,33 | 1 616,7 |



Согласовано:

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



03.10.2022 (понедельник)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

| № рецептуры   | Наименование блюда               | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|----------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                  |         |         |        |             |         |
| 836           | Огурцы свежие порционно          | 60      | 0,48    |        | 1,56        | 8,4     |
| 52            | Суп рыбный «Мозаика»             | 200     | 6,26    | 4      | 26,73       | 170,8   |
| 1 105         | Гуляш из курицы                  | 90      | 15,31   | 20     | 3,16        | 202,6   |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая       | 150     | 5,72    | 6      | 29,48       | 204,2   |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов      | 200     | 2,3     | 1      | 112,5       | 481     |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный    | 20      | 0,15    |        | 0,98        | 47      |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 20      | 1,53    |        | 9,98        | 49,3    |
| Итого за Обед |                                  | 740     | 31,75   | 31     | 184,39      | 1 163,3 |
| Итого за день |                                  | 740     | 31,75   | 31     | 184,39      | 1 163,3 |

Согласовано:

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



04.10.2022 (вторник)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                    | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|---------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                       |         |         |        |             |         |
| 1 021         | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 220     | 1,61    | 5      | 9,12        | 88,8    |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)   | 5       | 1,14    | 1      | 0,04        | 11,8    |
| 893,01        | Жаркое по-домашнему                   | 200     | 19,53   | 20     | 16,98       | 325,4   |
| 930           | Напиток Ягодка                        | 200     | 0,17    |        | 14,58       | 60,5    |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный         | 40      | 0,3     |        | 1,97        | 94      |
| 1 148         | Хлеб ржаной                           | 35      | 2,98    | 1      | 14,88       | 90,7    |
| Итого за Обед |                                       | 700     | 25,73   | 27     | 57,57       | 671,2   |
| Итого за день |                                       | 700     | 25,73   | 27     | 57,57       | 671,2   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

05.10.2022 (среда)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                        | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                           |         |         |        |             |         |
| 836           | Огурцы свежие порционно                   | 60      | 0,48    |        | 1,56        | 8,4     |
| 139,01        | Суп картофельный с фасолью                | 200     | 4,01    | 2      | 14,05       | 93,1    |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд)       | 5       | 1,14    | 1      | 0,04        | 11,8    |
| 1 296         | Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом | 90      | 36,25   | 29     | 2,78        | 342,5   |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом      | 150     | 5,92    | 5      | 35,96       | 212     |
| 925           | Напиток апельсиновый*                     | 200     | 0,2     |        | 25,73       | 95,8    |
| 894           | Хлеб пшеничный из муки 1с                 | 20      | 1,05    |        | 6,44        | 31,3    |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный          | 20      | 1,53    |        | 9,98        | 49,3    |
| Итого за Обед |                                           | 745     | 50,58   | 37     | 96,54       | 844,2   |
| Итого за день |                                           | 745     | 50,58   | 37     | 96,54       | 844,2   |

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

06.10.2022 (четверг)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                     |         |         |        |             |         |
| 1 113         | Суп картофельный с клецками         | 200     | 2,02    | 2      | 18,96       | 104,1   |
| 1 052         | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,14    | 1      | 0,04        | 11,8    |
| 1 070         | Рыба, тушеная в томате с овощами    | 90      | 8,48    | 4      | 3,86        | 117     |
| 512           | Рис припущенный                     | 150     | 3,71    | 5      | 38,9        | 212     |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов         | 200     | 2,3     | 1      | 112,5       | 481     |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 30      | 0,23    |        | 1,48        | 70,5    |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 25      | 1,91    |        | 12,47       | 61,6    |
| Итого за Обед |                                     | 700     | 19,79   | 13     | 188,21      | 1 058   |
| Итого за день |                                     | 700     | 19,79   | 13     | 188,21      | 1 058   |







Согласовано:

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



03.10.2022 (понедельник)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда               | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|----------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                  |         |            |           |                 |         |
| 836            | Огурцы свежие порционно          | 100     | 0,8        |           | 2,59            | 14      |
| 52             | Суп рыбный «Мозаика»             | 250     | 7,82       | 5         | 33,42           | 213,6   |
| 1 105          | Гуляш из курицы                  | 100     | 17,02      | 22        | 3,51            | 225,1   |
| 990            | Рис припущенный с овощами        | 180     | 4,32       | 8         | 40,27           | 251,8   |
| 928            | Компот из смеси сухофруктов      | 200     | 2,3        | 1         | 112,5           | 481     |
| 897,01         | Хлеб пшеничный 1с обогащенный    | 20      | 0,15       |           | 0,98            | 47      |
| 1 186          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 20      | 1,53       |           | 9,98            | 49,3    |
| Итого за Обед  |                                  | 870     | 33,94      | 36        | 203,25          | 1 281,8 |
| Итого за день  |                                  | 870     | 33,94      | 36        | 203,25          | 1 281,8 |

Согласовано:

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



04.10.2022 (вторник)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                    | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                       |         |            |           |                 |         |
| 1 021          | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 250     | 1,83       | 6         | 10,37           | 100,9   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)   | 5       | 1,14       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 893,01         | Жаркое по-домашнему                   | 220     | 21,49      | 22        | 18,68           | 358     |
| 930            | Напиток Ягодка                        | 200     | 0,17       |           | 14,58           | 60,5    |
| 897,01         | Хлеб пшеничный 1с обогащенный         | 20      | 0,15       |           | 0,98            | 47      |
| 1 148          | Хлеб ржаной                           | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 941            | Сдоба обыкновенная                    | 80      | 7,57       | 4         | 47,32           | 237     |
| Итого за Обед  |                                       | 795     | 34,05      | 34        | 100,47          | 867     |
| Итого за день  |                                       | 795     | 34,05      | 34        | 100,47          | 867     |

Согласовано:





Согласовано:

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



05.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                        | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                           |         |            |           |                 |         |
| 836            | Огурцы свежие порционно                   | 100     | 0,8        |           | 2,59            | 14      |
| 139,01         | Суп картофельный с фасолью                | 250     | 5,02       | 3         | 17,56           | 116,4   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)       | 5       | 1,14       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 296          | Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом | 100     | 40,28      | 32        | 3,09            | 380,6   |
| 516            | Макаронные изделия отварные с маслом      | 180     | 7,1        | 6         | 43,16           | 254,5   |
| 925            | Напиток апельсиновый*                     | 200     | 0,2        |           | 25,73           | 95,8    |
| 894            | Хлеб пшеничный из муки 1с                 | 20      | 1,05       |           | 6,44            | 31,3    |
| 1 186          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный          | 20      | 1,53       |           | 9,98            | 49,3    |
| Итого за Обед  |                                           | 875     | 57,12      | 42        | 108,59          | 953,7   |
| Итого за день  |                                           | 875     | 57,12      | 42        | 108,59          | 953,7   |

Согласовано:

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



06.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 113          | Суп картофельный с клецками         | 250     | 2,52       | 3         | 23,7            | 130,1   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,14       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 070          | Рыба, тушенная в томате с овощами   | 100     | 9,43       | 4         | 4,28            | 130     |
| 512            | Рис припущенный                     | 180     | 4,46       | 6         | 46,68           | 254,5   |
| 928            | Компот из смеси сухофруктов         | 200     | 2,3        | 1         | 112,5           | 481     |
| 897,01         | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 20      | 0,15       |           | 0,98            | 47      |
| 1 186          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 20      | 1,53       |           | 9,98            | 49,3    |
| 445            | Гребешок с повидлом                 | 60      | 0,93       | 3         | 8,39            | 67,9    |
| Итого за Обед  |                                     | 835     | 22,46      | 18        | 206,55          | 1 171,6 |
|                |                                     | 835     | 22,46      | 18        | 206,55          | 1 171,6 |

Ветеринар Т.Т.

Ю.Ю.Козырева



Согласовано:

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



07.10.2022 (пятница)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                             |         |            |           |                 |         |
| 1 015          | Суп-лапша на курином бульоне                | 250     | 2,94       | 6         | 14,01           | 120,6   |
| 829            | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100     | 8          | 6         | 5,63            | 110,2   |
| 995            | Пюре картофельное                           | 180     | 4,89       | 7         | 29,95           | 224,9   |
| 917,02         | Компот из ягод                              | 200     |            |           | 19,96           | 79,8    |
| 897,01         | Хлеб пшеничный 1с обогащенный               | 20      | 0,15       |           | 0,98            | 47      |
| 1 186          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный            | 20      | 1,53       |           | 9,98            | 49,3    |
| 1 190          | Ватрушка с творогом*                        | 60      | 5,7        | 6         | 18,49           | 149,7   |
| Итого за Обед  |                                             | 830     | 23,21      | 25        | 99              | 781,5   |
| Итого за день  |                                             | 830     | 23,21      | 25        | 99              | 781,5   |

Согласовано:



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



08.10.2022 (суббота)

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|----------------------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 099          | Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным | 100     | 3,29       | 10        | 2,33            | 119,2   |
| 1 048          | Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной              | 250     | 1,9        | 5         | 9,23            | 92,2    |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)                                  | 5       | 1,14       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 283,01       | Котлета по-Хлыновски *                                               | 100     | 9,68       | 22        | 13,14           | 374,9   |
| 901            | Соус красный основной                                                | 20      | 0,2        | 1         | 1,5             | 10,4    |
| 857            | Пюре гороховое                                                       | 180     | 17,24      | 7         | 41,58           | 294,6   |
| 912            | Компот из свежих яблок.                                              | 200     | 0,16       |           | 23,88           | 99,1    |
| 897,01         | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                                        | 20      | 0,15       |           | 0,98            | 47      |
| 1 186          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                     | 20      | 1,53       |           | 9,98            | 49,3    |
| Итого за Обед  |                                                                      | 895     | 35,29      | 46        | 102,66          | 1 098,5 |
| Итого за день  |                                                                      | 895     | 35,29      | 46        | 102,66          | 1 098,5 |





**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575937

Владелец Батина Тамара Георгиевна

Действителен с 12.06.2022 по 12.06.2023