

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



02.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050	Бефстроганов из свинины	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>21,4</b>	<b>30</b>	<b>85,8</b>	<b>722,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>21,4</b>	<b>30</b>	<b>85,8</b>	<b>722,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



03.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущеное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	2,37		14,49	70,5
1 148	Хлеб ржаной	25	1,4		12,35	52,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>22,98</b>	<b>13</b>	<b>78,52</b>	<b>532,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>22,98</b>	<b>13</b>	<b>78,52</b>	<b>532,9</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



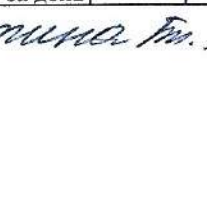
05.09.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,75	3	12,31	88,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	1,96		17,29	73,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,97</b>	<b>17</b>	<b>56,1</b>	<b>444,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>15,97</b>	<b>17</b>	<b>56,1</b>	<b>444,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
Ю. Козырева



Согласовано:

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



09.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
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	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		500	17,63	12	73,57	520,5
<b>Итого за день</b>		500	17,63	12	73,57	520,5

Согласовано:

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



10.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
<b>Итого за Завтрак</b>		500	20,32	12	72,27	501,1
<b>Итого за день</b>		500	20,32	12	72,27	501,1

Согласовано:

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



12.09.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		500	18,7	20	52,1	488,6
<b>Итого за день</b>		500	18,7	20	52,1	488,6

Согласовано:

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

09.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

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

Завтрак						
Итого за день						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Мясо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
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	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак						
500		500	17,63	12	73,57	520,5
500		500	17,63	12	73,57	520,5

Согласовано:

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

10.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

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

Завтрак						
Итого за день						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Бюлочки печенье.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
Итого за Завтрак						
500		500	20,32	12	72,27	501,1
500		500	20,32	12	72,27	501,1

Согласовано:

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

12.09.2022 (неделя)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

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

Завтрак						
Итого за день						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак						
500		500	18,7	20	52,1	488,6
500		500	18,7	20	52,1	488,6

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



13.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,3</b>	<b>25</b>	<b>54,41</b>	<b>576,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>23,3</b>	<b>25</b>	<b>54,41</b>	<b>576,6</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



14.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	7	28,47	216,9
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>12,06</b>	<b>12</b>	<b>86,42</b>	<b>516,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>530</b>	<b>12,06</b>	<b>12</b>	<b>86,42</b>	<b>516,4</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



02.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050	Бефстроганов из свинины	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>21,4</b>	<b>30</b>	<b>85,8</b>	<b>722,7</b>
<b>Обед</b>						
1 163	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом*	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
3,01	Бедро куриное запеченое	90	21,52	24	0,42	232
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>33,09</b>	<b>34</b>	<b>92,86</b>	<b>740,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>54,49</b>	<b>64</b>	<b>178,66</b>	<b>1 463,2</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



03.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущеное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	2,37		14,49	70,5
1 148	Хлеб ржаной	25	1,4		12,35	52,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>22,98</b>	<b>13</b>	<b>78,52</b>	<b>532,9</b>
<b>Обед</b>						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>735</b>	<b>23,64</b>	<b>28</b>	<b>116,62</b>	<b>790,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 235</b>	<b>46,62</b>	<b>41</b>	<b>195,14</b>	<b>1 323,4</b>

Согласовано:

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



05.09.2022 (понедельник)

**Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,75	3	12,31	88,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	1,96		17,29	73,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,97</b>	<b>17</b>	<b>56,1</b>	<b>444,7</b>
<b>Обед</b>						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	38,6
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
990	Рис припущенный с овощами	150	3,6	7	33,56	209,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>27,77</b>	<b>35</b>	<b>98,34</b>	<b>814,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 240</b>	<b>43,74</b>	<b>52</b>	<b>154,44</b>	<b>1 259</b>

Согласовано:

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



06.09.2022 (вторник)

**Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 028	Колбаски витаминные	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	1,12		9,88	42
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>24,76</b>	<b>30</b>	<b>62,29</b>	<b>567,1</b>
<b>Обед</b>						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему из свинины	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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	1,12		9,88	42
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>24,23</b>	<b>26</b>	<b>53,01</b>	<b>581,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>48,99</b>	<b>56</b>	<b>115,3</b>	<b>1 148,9</b>

Согласовано:

Утвержден директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

07.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 7-10 и Комлекс 208 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-гидраты г	ЭП ккал
---	--------------------	---------	---------	--------	------------------	---------

Завтрак						
Итого за завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за завтрак 560 11,44 19 75,39 522,4						

Обед						
Итого за обед						
39,01	Салат витаминный с яблоками и маслом растительным	60	0,71	2	3,59	28,9
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	23,32	24	0,23	240,9
91,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
186	Хлеб ржано-пшеничный обогашенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за обед 1300 45,57 55 158,37 1237,9						

Согласовано:

Утвержден директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

08.09.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 7-10 и Комлекс 208 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-гидраты г	ЭП ккал
---	--------------------	---------	---------	--------	------------------	---------

Завтрак						
Итого за завтрак						
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
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за завтрак 580 19,7 19 74,48 518,2						

Обед						
Итого за обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
1113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1070	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	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогашенный	20	0,15		0,98	47
186	Хлеб ржано-пшеничный обогашенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за обед 1325 38,24 34 175,66 1212,2						

Согласовано:

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



09.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
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	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		500	17,63	12	73,57	520,5
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
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	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		750	16,59	17	74,28	578,6
<b>Итого за день</b>		1 250	34,22	29	147,85	1 099,1

Согласовано:

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



10.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
<b>Итого за Завтрак</b>		500	20,32	12	72,27	501,1
<b>Обед</b>						
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	Котлеты по-Хлыновски *	90	23,81	25	10,55	365,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	11,61	4	28,57	202,4
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
<b>Итого за Обед</b>		765	42,09	41	84,28	930,7
<b>Итого за день</b>		1 265	62,41	53	156,55	1 431,8



Согласовано:

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



12.09.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,7</b>	<b>20</b>	<b>52,1</b>	<b>488,6</b>
<b>Обед</b>						
992	Салат Здоровье	60	0,73	6	4,57	77,3
84	Суп картофельный со сметаной	200	1,4	3	11,57	75,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 077	Плов с индейкой	200	19,54	29	40,63	499,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>24,95</b>	<b>39</b>	<b>90,27</b>	<b>856,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>43,65</b>	<b>59</b>	<b>142,37</b>	<b>1 345,1</b>

Согласовано:

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



13.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,3</b>	<b>25</b>	<b>54,41</b>	<b>576,6</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски*	90	1,82	6	3,24	164,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>13,65</b>	<b>18</b>	<b>80,07</b>	<b>644,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>36,95</b>	<b>43</b>	<b>134,48</b>	<b>1 221,3</b>

Согласовано:

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



14.09.2022 (среда)

## Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	7	28,47	216,9
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>12,06</b>	<b>12</b>	<b>86,42</b>	<b>516,4</b>
<b>Обед</b>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	5,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>755</b>	<b>29,41</b>	<b>35</b>	<b>101,59</b>	<b>840,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 285</b>	<b>41,47</b>	<b>47</b>	<b>188,01</b>	<b>1 356,9</b>



*Петрова Т.Т.*

Согласовано:

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



02.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050	Бефстроганов из свинины	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24,46</b>	<b>33</b>	<b>95,58</b>	<b>812,8</b>
<b>Обед</b>						
1 163	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,38	1	11,2	61,3
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом*	250	3,93	4	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
3,01	Бедро куриное запеченое	100	23,91	27	0,47	257,8
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>37,57</b>	<b>39</b>	<b>109,12</b>	<b>860</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 425</b>	<b>62,03</b>	<b>72</b>	<b>204,7</b>	<b>1 672,8</b>

Согласовано:

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



03.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
902	Молоко сгущеное соус	35	2,49	2	19,32	103,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	2,37		14,49	70,5
1 148	Хлеб ржаной	25	1,4		12,35	52,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>28,91</b>	<b>18</b>	<b>89,85</b>	<b>638,1</b>
<b>Обед</b>						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>27,43</b>	<b>34</b>	<b>129,7</b>	<b>912,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>56,34</b>	<b>52</b>	<b>219,55</b>	<b>1 550,6</b>



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

Согласовано:

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



05.09.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,75	3	12,31	88,4
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
835	Помидоры порционно	30	0,33		1,13	7,1
1 148	Хлеб ржаной	30	1,68		14,82	63
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>20,08</b>	<b>24</b>	<b>54,09</b>	<b>512,7</b>
<b>Обед</b>						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	64,4
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	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>32,06</b>	<b>41</b>	<b>113,04</b>	<b>947,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>52,14</b>	<b>65</b>	<b>167,13</b>	<b>1 460,1</b>

Согласовано:

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



06.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 028	Колбаски витаминные	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	1,05		6,44	31,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>26,67</b>	<b>32</b>	<b>72,12</b>	<b>635,1</b>
<b>Обед</b>						
835	Помидоры порционно	100	1,09		3,76	23,8
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 из свинины	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	1,12		9,88	42
<b>Итого за Обед</b>		<b>815</b>	<b>26,99</b>	<b>29</b>	<b>58,29</b>	<b>644</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 365</b>	<b>53,66</b>	<b>61</b>	<b>130,41</b>	<b>1 279,1</b>

Согласовано:

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



07.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 11-18 л 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	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		610	12,95	21	82,52	577,5

#### Обед

39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	100	1,19	4	5,98	48,1
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	25,91	27	0,26	267,7
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5
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
<b>Итого за Обед</b>		870	38,87	43	93,5	820,1
<b>Итого за день</b>		1 480	51,82	64	176,02	1 397,6

Согласовано:

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



08.09.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

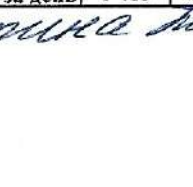
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		610	20,88	20	81,68	560,7

#### Обед

818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	100	1,75	5	9,94	94,3
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, тушеная 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	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		875	21,44	19	118,1	813,2
<b>Итого за день</b>		1 485	42,32	39	199,78	1 373,9

Согласовано:

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



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Ю. Козырева

09.09.2022 (пятница)

**Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
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	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>19,24</b>	<b>12</b>	<b>81,58</b>	<b>580</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>18,31</b>	<b>19</b>	<b>83,1</b>	<b>645,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>37,55</b>	<b>31</b>	<b>164,68</b>	<b>1 225,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Ю. Козырева

10.09.2022 (суббота)

**Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,8</b>	<b>16</b>	<b>79,9</b>	<b>590,6</b>
<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	Котлеты по-Хлыновски *	100	26,45	28	11,72	406,2
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	13,93	5	34,28	242,9
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>48,75</b>	<b>50</b>	<b>93,94</b>	<b>1 078,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 445</b>	<b>74,55</b>	<b>66</b>	<b>173,84</b>	<b>1 668,7</b>

Согласовано:

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



12.09.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лыг	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	50	6,25	4	20,51	147,3
891	Омлет запеченный или паровой	165	14,29	22	0,9	255
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	35	2,31		11,69	73,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>23,31</b>	<b>26</b>	<b>58,06</b>	<b>582,7</b>

#### Обед

992	Салат Здоровье	100	1,22	10	7,62	128,8
84	Суп картофельный со сметаной	250	1,76	3	14,46	94,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 077	Плов с индейкой	200	19,54	29	40,63	499,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>25,88</b>	<b>43</b>	<b>96,71</b>	<b>950,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 355</b>	<b>49,19</b>	<b>69</b>	<b>154,77</b>	<b>1 533,1</b>

Согласовано:



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



13.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лыг	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94	256,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24,67</b>	<b>26</b>	<b>63,9</b>	<b>663,8</b>

#### Обед

836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,39	7	11,71	118,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски*	100	2,02	7	3,6	183,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>15,79</b>	<b>22</b>	<b>89,69</b>	<b>733,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 425</b>	<b>40,46</b>	<b>48</b>	<b>153,59</b>	<b>1 397,2</b>



Утверждаю директор  
 Ю.Ю.Козырева

Согласовано:

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



14.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,48	9	37,96	289,2
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>13,13</b>	<b>14</b>	<b>89,47</b>	<b>557,4</b>
<b>Обед</b>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65	115,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,93	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>885</b>	<b>33,56</b>	<b>42</b>	<b>115,5</b>	<b>976,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 445</b>	<b>46,69</b>	<b>56</b>	<b>204,97</b>	<b>1 534,1</b>



*О.Ю. Козырева*



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

02.09.2022 (пятница)

**Полеской ШУ 7-10 л Обед 118 р**

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

1 163	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кулдрый с пшеном и яйцом*	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
3,01	Бедро куриное запеченое	90	21,52	24	0,42	232
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
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	33,09	34	92,86	740,5
Итого за день		745	33,09	34	92,86	740,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

03.09.2022 (суббота)

**Полеской ШУ 7-10 л Обед 118 р**

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

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Тренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тфтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707,01	Сок натуральны*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	23,64	28	116,62	790,5
Итого за день		735	23,64	28	116,62	790,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

05.09.2022 (неделя)

**Полеской ШУ 7-10 л Обед 118 р**

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

12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	38,6
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Лягуш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
990	Рис припущенный с овощами	150	3,6	7	33,56	209,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
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	27,77	35	98,34	814,3
Итого за день		740	27,77	35	98,34	814,3

Согласовано:

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



06.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему из свинины	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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	1,12		9,88	42
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>24,23</b>	<b>26</b>	<b>53,01</b>	<b>581,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>705</b>	<b>24,23</b>	<b>26</b>	<b>53,01</b>	<b>581,8</b>

Согласовано:

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



07.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	60	0,71	2	3,59	28,9
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	23,32	24	0,23	240,9
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>34,13</b>	<b>36</b>	<b>82,98</b>	<b>715,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>740</b>	<b>34,13</b>	<b>36</b>	<b>82,98</b>	<b>715,5</b>

Согласовано:

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



08.09.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
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	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>18,54</b>	<b>15</b>	<b>101,18</b>	<b>694</b>
<b>Итого за день</b>		<b>745</b>	<b>18,54</b>	<b>15</b>	<b>101,18</b>	<b>694</b>

Согласовано:

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



13.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски*	90	1,82	6	3,24	164,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
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	13,65	18	80,07	644,7
Итого за день		745	13,65	18	80,07	644,7

Согласовано:

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



14.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	5,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
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		755	29,41	35	101,59	840,5
Итого за день		755	29,41	35	101,59	840,5

Согласовано:

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



02.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 163	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,38	1	11,2	61,3
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом*	250	3,93	4	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
3,01	Бедро куриное запеченое	100	23,91	27	0,47	257,8
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>37,57</b>	<b>39</b>	<b>109,12</b>	<b>860</b>
<b>Итого за день</b>		<b>875</b>	<b>37,57</b>	<b>39</b>	<b>109,12</b>	<b>860</b>

Согласовано:

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



03.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-шоре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>27,43</b>	<b>34</b>	<b>129,7</b>	<b>912,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>865</b>	<b>27,43</b>	<b>34</b>	<b>129,7</b>	<b>912,5</b>

Согласовано:

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



05.09.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	64,4
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	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>32,06</b>	<b>41</b>	<b>113,04</b>	<b>947,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>870</b>	<b>32,06</b>	<b>41</b>	<b>113,04</b>	<b>947,4</b>

Согласовано:

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



06.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
835	Помидоры порционно	100	1,09		3,76	23,8
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 из свинины	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	1,12		9,88	42
<b>Итого за Обед</b>		<b>815</b>	<b>26,99</b>	<b>29</b>	<b>58,29</b>	<b>644</b>
<b>Итого за день</b>		<b>815</b>	<b>26,99</b>	<b>29</b>	<b>58,29</b>	<b>644</b>

Согласовано:

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



07.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	100	1,19	4	5,98	48,1
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	25,91	27	0,26	267,7
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>38,87</b>	<b>43</b>	<b>93,5</b>	<b>820,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>870</b>	<b>38,87</b>	<b>43</b>	<b>93,5</b>	<b>820,1</b>

Согласовано:

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



08.09.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	100	1,75	5	9,94	94,3
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	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>21,44</b>	<b>19</b>	<b>118,1</b>	<b>813,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>875</b>	<b>21,44</b>	<b>19</b>	<b>118,1</b>	<b>813,2</b>

Согласовано:

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



09.09.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>18,31</b>	<b>19</b>	<b>83,1</b>	<b>645,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>870</b>	<b>18,31</b>	<b>19</b>	<b>83,1</b>	<b>645,8</b>

Согласовано:

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



10.09.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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	Котлеты по-Хлыновски *	100	26,45	28	11,72	406,2
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	13,93	5	34,28	242,9
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>48,75</b>	<b>50</b>	<b>93,94</b>	<b>1 078,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>895</b>	<b>48,75</b>	<b>50</b>	<b>93,94</b>	<b>1 078,1</b>

Согласовано:

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



12.09.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
992	Салат Здоровье	100	1,22	10	7,62	128,8
84	Суп картофельный со сметаной	250	1,76	3	14,46	94,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 077	Плов с индейкой	200	19,54	29	40,63	499,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>25,88</b>	<b>43</b>	<b>96,71</b>	<b>950,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>805</b>	<b>25,88</b>	<b>43</b>	<b>96,71</b>	<b>950,4</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



13.09.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,39	7	11,71	118,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски*	100	2,02	7	3,6	183,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>15,79</b>	<b>22</b>	<b>89,69</b>	<b>733,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>875</b>	<b>15,79</b>	<b>22</b>	<b>89,69</b>	<b>733,4</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



14.09.2022 (среда)

### Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65	115,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,93	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>885</b>	<b>33,56</b>	<b>42</b>	<b>115,5</b>	<b>976,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>885</b>	<b>33,56</b>	<b>42</b>	<b>115,5</b>	<b>976,7</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575937

Владелец Батина Тамара Георгиевна

Действителен с 12.06.2022 по 12.06.2023