

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



24.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл 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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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>29,49</b>	<b>35</b>	<b>84,35</b>	<b>799,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>805</b>	<b>29,49</b>	<b>35</b>	<b>84,35</b>	<b>799,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



25.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл 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
1 131	Шницель из мяса	100	15,98	15	13,02	250,6
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
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>925</b>	<b>32,68</b>	<b>32</b>	<b>128,92</b>	<b>952,6</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>925</b>	<b>32,68</b>	<b>32</b>	<b>128,92</b>	<b>952,6</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



26.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл 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-поре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица, тушенная 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>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

27.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	15,35	10	11,81	197,9
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
390	Компот из свежих плодов	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
948	Шаньга со сметаной*	60	5,24	3	34,67	189,2
Итого за Обед		835	31,1	27	130,08	967,9
Итого за день		835	31,1	27	130,08	967,9

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

28.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
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
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная.	180	4,3	8	17,09	153,6
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Напиток Ягодка	20	1,05		6,44	31,3
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,53		9,98	49,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
838	Крендель песочный с сахаром	60	5,14	11	46,11	302,9
Итого за Обед		835	34	43	129,41	1 007,7
Итого за день		835	34	43	129,41	1 007,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

29.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<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	Гренки из пшеничного хлеба	100	8,38	19	10,35	245,5
1 062	Тефтели мясные с рисом	180	6,22	11	35,96	266,2
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	200	0,6		32,6	104
707,01	Сок натуральный*	20	1,53		9,98	49,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		865	26,55	39	127,5	924,2
Итого за день		865	26,55	39	127,5	924,2

Согласовано:

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



24.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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>		705	28,56	31	77,91	705,4
<b>Итого за день</b>		705	28,56	31	77,91	705,4

*Жаткина Т.Т.*

Согласовано:

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



25.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл 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
1 131	Шницель из мяса	90	14,38	13	11,72	225,5
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	31,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		745	26,21	25	88,55	705,3
<b>Итого за день</b>		745	26,21	25	88,55	705,3

*Жаткина Т.Т.*

Согласовано:

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



26.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл 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
<b>Итого за Обед</b>		755	29,41	35	101,59	840,5
<b>Итого за день</b>		755	29,41	35	101,59	840,5

*Жаткина Т.Т.*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

27.10.2022 (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>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
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
<b>Итого за Обед</b>		700	23,44	21	88,47	727,4
<b>Итого за день</b>		700	23,44	21	88,47	727,4

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

28.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 152	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
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	238,3
999	Капуста тушеная.	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
<b>Итого за Обед</b>		700	26,59	28	80,67	654
<b>Итого за день</b>		700	26,59	28	80,67	654

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

29.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
1 249	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	Гренки из пшеничного хлеба	90	7,54	17	9,32	220,9
1 011,01	Тефтели мясные с рисом	150	5,18	9	29,97	221,9
707,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	200	0,6		32,6	104
1 186	Сок натуральный*	20	1,53		9,98	49,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		735	22,9	32	110,63	800,4
<b>Итого за день</b>		735	22,9	32	110,63	800,4

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева



24.10.2022 (понедельник)

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод.	ЭП 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	6	32,95	229,5
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>11,66</b>	<b>12</b>	<b>91,58</b>	<b>543</b>
<b>Обед</b>						
992	Салат Здоровье	60	0,73	6	4,57	27,3
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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	25,28	328,4
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	705	28,56	31	77,91	705,4
<b>Итого за Обед</b>		<b>1 235</b>	<b>40,22</b>	<b>43</b>	<b>169,49</b>	<b>1 248,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 765</b>	<b>51,88</b>	<b>55</b>	<b>261,07</b>	<b>1 791,4</b>

Согласовано: *Житкина Т.Т.*  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева

25.10.2022 (вторник)

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод.	ЭП ккал
<b>Завтрак</b>						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,52	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	4,7
1 147	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,68</b>	<b>26</b>	<b>56,23</b>	<b>586,4</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	9,27	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	90	14,38	13	11,72	225,5
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>26,21</b>	<b>25</b>	<b>88,55</b>	<b>705,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>49,89</b>	<b>51</b>	<b>144,78</b>	<b>1 291,7</b>

Согласовано: *Житкина Т.Т.*  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева

26.10.2022 (среда)

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод.	ЭП ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,15	148,4
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	2,55	1	12,75	77,7
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>510</b>	<b>21,05</b>	<b>23</b>	<b>59,53</b>	<b>543,5</b>
<b>Обед</b>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	8,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,39	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	4,7
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>1 265</b>	<b>50,46</b>	<b>58</b>	<b>161,12</b>	<b>1 383,8</b>

Согласовано: *Житкина Т.Т.*  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



27.10.2022 (четверг)

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

№ переносимы	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод.	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,34	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*		0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
<b>Итого за Завтрак</b>		500	23,97	25	78,97	587,6
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогашенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогашенный	25	1,91		12,47	61,6
<b>Итого за Обед</b>		700	25,44	21	88,17	727,4
<b>Итого за день</b>		1 200	47,41	46	167,14	1 315

*Жукова Т.Т.*

*Ю. Козырева*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



28.10.2022 (пятница)

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

№ переносимы	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод.	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 030	Бифстроганов*	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	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд.)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	21,78	31	87,62	732,5
<b>Обед</b>						
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
255	Биточек из курицы	90	13,06	17	13,9	238,3
999	Капуста тушеная	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,3
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогашенный	25	1,91		12,47	61,6
<b>Итого за Обед</b>		700	26,59	28	80,67	654
<b>Итого за день</b>		1 200	48,37	59	168,29	1 386,5

*Жукова Т.Т.*

*Ю. Козырева*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



29.10.2022 (суббота)

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

№ переносимы	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод.	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
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		500	23,81	16	80,42	570,2
<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	50,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	194
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогашенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		735	22,9	32	110,65	860,4
<b>Итого за день</b>		1 235	46,71	48	191,07	1 379,6

*Жукова Т.Т.*

*Ю. Козырева*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Ю. Козырева

24.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	200	8,17	8	43,94	406
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>	<b>619,5</b>

<b>Обед</b>						
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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,18	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>29,19</b>	<b>35</b>	<b>84,35</b>	<b>799,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>43,26</b>	<b>49</b>	<b>186,91</b>	<b>1 418,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Ю. Козырева

25.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,42	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	236,2
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	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,24</b>	<b>27</b>	<b>65,63</b>	<b>678,5</b>

<b>Обед</b>						
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
1 131	Шницель из мяса	100	15,98	15	13,12	340,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	45,17	235,1
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,14	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
1 182	Маник	50	2,93	2	29,81	151,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>925</b>	<b>32,68</b>	<b>32</b>	<b>128,92</b>	<b>952,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 475</b>	<b>57,92</b>	<b>59</b>	<b>194,55</b>	<b>1 631,1</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Ю. Козырева

26.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,45	138,4
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	2,98	1	14,88	90,7
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24,51</b>	<b>28</b>	<b>61,85</b>	<b>610,1</b>

<b>Обед</b>						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65	135,0
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,50	56,1
1 079	Птица, тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,95	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,8
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>33,86</b>	<b>32</b>	<b>113,5</b>	<b>976,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 435</b>	<b>58,37</b>	<b>60</b>	<b>175,35</b>	<b>1 586,8</b>

Согласовано: *Ю. Ю. Козырева*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



27.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
836,01	Огурцы малосольные порционно	60	0,38		1,56	8,1
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Чай с лимоном*	35	1,84		11,27	54,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	2,98	1	14,88	90,7
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,83</b>	<b>26</b>	<b>85,33</b>	<b>431,5</b>
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	138,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	15,35	10	11,81	197,9
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
390	Компот из свежих плодов	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
948	Шаньга со сметаной*	60	5,24	3	34,67	189,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>31,1</b>	<b>27</b>	<b>170,08</b>	<b>957,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>56,93</b>	<b>53</b>	<b>215,51</b>	<b>1 599,4</b>

Согласовано: *Валентина Г. Г.*  
Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



28.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,36	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	2,88	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	1	20,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,03</b>	<b>31</b>	<b>98,31</b>	<b>827,5</b>
<b>Обед</b>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	3,93	1	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная	180	4,3	8	17,09	153,0
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Напиток Ягодка	20	1,05		6,44	31,3
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,53		9,98	49,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
838	Крендель песочный с сахаром	60	3,1	1	16,11	80,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>31</b>	<b>33</b>	<b>129,31</b>	<b>1147,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>56,03</b>	<b>64</b>	<b>227,62</b>	<b>1 845,2</b>

Согласовано: *Валентина Г. Г.*  
Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



29.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,93	16	30,32	358
674	Яблоки печеные	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Чай с молоком	30	1,2	1	13,06	82,2
897	Хлеб пшеничный	30	2,88	1	12,75	77,7
1 148	Хлеб ржаной	30	2,88	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>	<b>668,7</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	Гренки из пшеничного хлеба	100	8,38	10	10,35	245,5
1 062	Тефтели мясные с рисом	180	6,22	11	35,0	266,2
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,0	266,2
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>26,55</b>	<b>39</b>	<b>122,5</b>	<b>924,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>55,84</b>	<b>59</b>	<b>210,55</b>	<b>1 592,9</b>

*Валентина Г. Г.*



Согласовано:

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



24.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	200	8,47	8	43,93	306
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>	<b>619,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>	<b>619,5</b>

Согласовано:

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



25.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	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	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,24</b>	<b>27</b>	<b>66,63</b>	<b>678,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>25,24</b>	<b>27</b>	<b>66,63</b>	<b>678,5</b>

Согласовано:

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



26.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,15	148,4
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	2,98	1	14,88	90,7
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24,51</b>	<b>28</b>	<b>61,85</b>	<b>610,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>24,51</b>	<b>28</b>	<b>61,85</b>	<b>610,4</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

27.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
836,01	Огурцы малосольные порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,83</b>	<b>26</b>	<b>85,43</b>	<b>631,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>25,83</b>	<b>26</b>	<b>85,43</b>	<b>631,5</b>

*Детина Т.Т*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

28.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050	Бефстроганов*	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	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,03</b>	<b>34</b>	<b>98,31</b>	<b>827,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>25,03</b>	<b>34</b>	<b>98,31</b>	<b>827,5</b>

*Детина Т.Т*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

29.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл 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	200	21,95	16	30,52	358
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидлю	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>	<b>668,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>	<b>668,7</b>

*Детина Т.Т*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

24.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	6	32,95	229,5
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		530	11,66	12	91,58	543
<b>Итого за день</b>		530	11,66	12	91,58	543

*Ваткина Г.Т.*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

25.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1027	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
1147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	23,68	26	56,23	586,4
<b>Итого за день</b>		500	23,68	26	56,23	586,4

*Ваткина Г.Т.*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

26.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,15	148,4
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		510	21,05	23	59,53	543,3
<b>Итого за день</b>		510	21,05	23	59,53	543,3

*Ваткина Г.Т.*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

27.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
<b>Итого за Завтрак</b>		500	23,97	25	78,97	587,6
<b>Итого за день</b>		500	23,97	25	78,97	587,6

*Безменова Т. Т*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

28.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050	Бефстроганов*	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	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	21,78	31	87,62	732,5
<b>Итого за день</b>		500	21,78	31	87,62	732,5

*Безменова Т. Т*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

29.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл 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
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		500	23,81	16	80,42	579,2
<b>Итого за день</b>		500	23,81	16	80,42	579,2

*Безменова Т. Т*

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575937

Владелец Батина Тамара Георгиевна

Действителен с 12.06.2022 по 12.06.2023