

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.01.2023 (понедельник)

**Полевской ШУ 1-4кл 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 пшеничная молочная вязкая 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              | Яблоки свежие                                     | 120     | 0,48    |        | 11,76       | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 530     | 11,66   | 12     | 91,58       | 543     |
| Итого за день    |                                                   | 530     | 11,66   | 12     | 91,58       | 543     |

Согласовано:



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.01.2023 (вторник)

**Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р**

| № рецептуры      | Наименование блюда                 | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                    |         |         |        |             |         |
| 1 027            | 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      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| Итого за Завтрак |                                    | 500     | 23,68   | 26     | 56,23       | 586,4   |
| Итого за день    |                                    | 500     | 23,68   | 26     | 56,23       | 586,4   |

Согласовано:



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

25.01.2023 (среда)

**Полевской ШУ 1-4кл 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      | 6,67    | 5      | 21,88       | 157,1   |
| 892              | Омлет с картофелем | 130     | 8,84    | 18     | 10,2        | 237,2   |
| 686              | Чай с лимоном*     | 200     | 0,06    |        | 15,16       | 59,9    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.       | 30      | 2,55    | 1      | 12,75       | 77,7    |
| 975              | Мандарины          | 100     | 0,8     |        | 7,5         | 38      |
| Итого за Завтрак |                    | 500     | 18,92   | 24     | 67,49       | 569,9   |
| Итого за день    |                    | 500     | 18,92   | 24     | 67,49       | 569,9   |



Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

26.01.2023 (четверг)

# Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| № рецептуры      | Наименование блюда        | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                           |         |         |        |             |         |
| 819,02           | Горошек зеленый отварной  | 30      | 0,89    | 2      | 1,88        | 25      |
| 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    |
|                  |                           | 30      | 2,55    | 1      | 12,75       | 77,7    |
| 1 148            | Хлеб ржаной               | 30      | 1,58    |        | 9,66        | 47      |
| 894              | Хлеб пшеничный из муки 1с | 500     | 24,62   | 27     | 80,07       | 608,4   |
| Итого за Завтрак |                           | 500     | 24,62   | 27     | 80,07       | 608,4   |
| Итого за день    |                           | 500     | 24,62   | 27     | 80,07       | 608,4   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

27.01.2023 (пятница)

# Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| № рецептуры      | Наименование блюда         | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                            |         |         |        |             |         |
| 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    |
| 897              | Хлеб пшеничный             | 30      | 3,2     | 1      | 13,06       | 82,2    |
|                  |                            | 30      | 2,55    | 1      | 12,75       | 77,7    |
| 1 147            | Хлеб ржаной                | 500     | 22,83   | 28     | 75,17       | 677,8   |
| Итого за Завтрак |                            | 500     | 22,83   | 28     | 75,17       | 677,8   |
| Итого за день    |                            | 500     | 22,83   | 28     | 75,17       | 677,8   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

28.01.2023 (суббота)

# Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| № рецептуры      | Наименование блюда           | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                              |         |         |        |             |         |
| 1 297            | Запеканка рисовая с творогом | 150     | 16,47   | 12     | 22,89       | 268,5   |
| 674              | Яблоки печеные.              | 50      | 0,19    |        | 7,98        | 35,6    |
|                  |                              | 40      | 0,04    |        | 6,56        | 27,1    |
| 1 142            | Повидло                      | 200     | 1,36    | 2      | 17,18       | 88,1    |
| 854              | Чай с молоком                | 30      | 3,2     | 1      | 13,06       | 82,2    |
| 897              | Хлеб пшеничный               | 30      | 2,55    | 1      | 12,75       | 77,7    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                  | 500     | 23,81   | 16     | 80,42       | 579,2   |
| Итого за Завтрак |                              | 500     | 23,81   | 16     | 80,42       | 579,2   |
| Итого за день    |                              | 500     | 23,81   | 16     | 80,42       | 579,2   |



| №<br>рецептуры   | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>   |                    |         |            |           |                 |         |
| 810              | Бутерброд с сыром  | 40      | 6,67       | 5         | 21,88           | 157,1   |
| 892              | Омлет с картофелем | 170     | 11,56      | 23        | 13,34           | 310,2   |
| 686              | Чай с лимоном*     | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.       | 40      | 3,4        | 1         | 17              | 103,6   |
| 975              | Мандарины          | 100     | 0,8        |           | 7,5             | 38      |
| Итого за Завтрак |                    | 550     | 22,49      | 29        | 74,88           | 668,8   |
| Итого за день    |                    | 550     | 22,49      | 29        | 74,88           | 668,8   |



Согласовано:

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



26.01.2023 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| № рецептуры      | Наименование блюда        | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| Завтрак          |                           |         |         |        |             |         |
| 819,02           | Горошек зеленый отварной  | 60      | 1,79    | 3      | 3,75        | 50,1    |
| 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              | Хлеб пшеничный из муки 1с | 35      | 1,84    |        | 11,27       | 54,8    |
|                  |                           | 35      | 2,98    | 1      | 14,88       | 90,7    |
| 1 148            | Хлеб ржаной               |         |         |        |             |         |
| Итого за Завтрак |                           | 550     | 27,14   | 29     | 87,62       | 673,2   |
| Итого за день    |                           | 550     | 27,14   | 29     | 87,62       | 673,2   |

Согласовано:

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



27.01.2023 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| № рецептуры      | Наименование блюда         | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| Завтрак          |                            |         |         |        |             |         |
| 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    |
| 897              | Хлеб пшеничный             | 30      | 3,2     | 1      | 13,06       | 82,2    |
| 1 147            | Хлеб ржаной.               | 30      | 2,55    | 1      | 12,75       | 77,7    |
| Итого за Завтрак |                            | 540     | 25,23   | 31     | 81,61       | 746,9   |
| Итого за день    |                            | 540     | 25,23   | 31     | 81,61       | 746,9   |

Согласовано:

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



28.01.2023 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| № рецептуры      | Наименование блюда           | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| Завтрак          |                              |         |         |        |             |         |
| 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            | 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    |
| Итого за Завтрак |                              | 550     | 29,29   | 20     | 88,05       | 668,7   |
| Итого за день    |                              | 550     | 29,29   | 20     | 88,05       | 668,7   |



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.01.2023 (понедельник)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| № 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 молочная вязкая 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              | Яблоки свежие                                     | 120     | 0,48    |        | 11,76      | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 530     | 11,66   | 12     | 91,58      | 543     |

|               |                                                             |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                                             |       |       |    |        |         |
| 818,02        | Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным | 60    | 1,05  | 3  | 5,96   | 56,6    |
| 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    |
| Итого за Обед |                                                             | 705   | 28,88 | 28 | 79,3   | 684,7   |
| Итого за день |                                                             | 1 235 | 40,54 | 40 | 170,88 | 1 227,7 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

24.01.2023 (вторник)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| № 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                  | 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      | 1,7     | 1      | 8,5        | 51,8    |
| Итого за Завтрак |                                    | 500     | 23,68   | 26     | 56,23      | 586,4   |

|               |                                     |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                     |       |       |    |        |         |
| 12 160,01     | Салат Золушка                       | 60    | 1,35  | 5  | 6,24   | 80,2    |
| 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   | 31,3    |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 20    | 1,53  |    | 9,98   | 49,3    |
| Итого за Обед |                                     | 745   | 27,08 | 30 | 93,23  | 777,1   |
| Итого за день |                                     | 1 245 | 50,76 | 56 | 149,46 | 1 363,5 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

25.01.2023 (среда)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

| № рецептуры      | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                    |         |         |        |            |         |
| 810              | Бутерброд с сыром  | 40      | 6,67    | 5      | 21,88      | 157,1   |
| 892              | Омлет с картофелем | 130     | 8,84    | 18     | 10,2       | 217,2   |
| 686              | Чай с лимоном*     | 200     | 0,06    |        | 15,16      | 59,9    |
| 1 147            | Хлеб ржаной        | 30      | 2,55    | 1      | 12,75      | 77,7    |
| 975              | Мандарины          | 100     | 0,8     |        | 7,5        | 38      |
| Итого за Завтрак |                    | 500     | 18,92   | 24     | 67,49      | 569,9   |

|               |                                           |       |       |    |        |       |
|---------------|-------------------------------------------|-------|-------|----|--------|-------|
| <b>Обед</b>   |                                           |       |       |    |        |       |
| 951           | Винегрет овощной с соевым огурцом         | 60    | 0,78  | 4  | 4,71   | 61,1  |
| 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, тушенная в соусе красном с овощами | 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   | 29,3  | 34 | 101,11 | 832,1 |
| Итого за день |                                           | 1 255 | 48,22 | 58 | 168,6  | 1 402 |



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

26.01.2023 (четверг)

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

| № рецептуры      | Наименование блюда                   | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------------------------|-------|-------|------|----------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                      |       |       |      |          |         |
| 19,02            | Горошек зеленый отварной             | 30    | 0.89  | 2    | 1.88     | 25      |
| 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      |
| Итого за Завтрак |                                      | 500   | 24.62 | 27   | 80.07    | 608.4   |
| <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    |
| Итого за Обед    |                                      | 700   | 23.44 | 21   | 88.47    | 727.4   |
| Итого за день    |                                      | 1 200 | 48.06 | 48   | 168.54   | 1 335.8 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

27.01.2023 (пятница)

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

| № рецептуры      | Наименование блюда                  | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ ккал |
|------------------|-------------------------------------|-------|-------|------|----------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                     |       |       |      |          |         |
| 1 050            | 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    |
| 897              | Хлеб пшеничный                      | 30    | 3.2   | 1    | 13.06    | 82.2    |
| 1 147            | Хлеб ржаной                         | 30    | 2.55  | 1    | 12.75    | 77.7    |
| Итого за Завтрак |                                     | 500   | 22.83 | 28   | 75.17    | 677.8   |
| <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  |      | 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    |
| Итого за Обед    |                                     | 700   | 26.59 | 28   | 80.67    | 654     |
| Итого за день    |                                     | 1 200 | 49.42 | 56   | 155.84   | 1 331.8 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

28.01.2023 (суббота)

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

| № рецептуры      | Наименование блюда                                   | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | 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    |
| Итого за Завтрак |                                                      | 500   | 23.81 | 16   | 80.42    | 579.2   |
| <b>Обед</b>      |                                                      |       |       |      |          |         |
| 25               | Салат "Степной" из разных овощей                     | 60    | 0.83  |      | 4.34     | 22.1    |
| 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   |
| 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     | 104     |
| 1 186            | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                     | 20    | 1.53  |      | 9.98     | 49.3    |
| Итого за Обед    |                                                      | 735   | 23.17 | 28   | 113.64   | 779.5   |
| Итого за день    |                                                      | 1 235 | 46.98 | 44   | 194.06   | 1 358.7 |



Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.01.2023 (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>   |                                                             |         |         |        |             |         |
| 818,02        | Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным | 60      | 1,05    | 3      | 5,96        | 56,6    |
| 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    |
| Итого за Обед |                                                             | 705     | 28,88   | 28     | 79,3        | 684,7   |
| Итого за день |                                                             | 705     | 28,88   | 28     | 79,3        | 684,7   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.01.2023 (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>   |                                     |         |         |        |             |         |
| 12 160,01     | Салат Золушка                       | 60      | 1,35    | 5      | 6,24        | 80,2    |
| 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        | 31,3    |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный    | 20      | 1,53    |        | 9,98        | 49,3    |
| Итого за Обед |                                     | 745     | 27,08   | 30     | 93,23       | 777,1   |
| Итого за день |                                     | 745     | 27,08   | 30     | 93,23       | 777,1   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

25.01.2023 (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>   |                                           |         |         |        |             |         |
| 951           | Винегрет овощной с соленым огурцом        | 60      | 0,78    | 4      | 4,71        | 61,1    |
| 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, тушенная в соусе красном с овощами | 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     | 29,3    | 34     | 101,11      | 832,1   |
| Итого за день |                                           | 755     | 29,3    | 34     | 101,11      | 832,1   |



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

26.01.2023 (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    |
| Итого за Обед |                                      | 700     | 23,44   | 21     | 88,47       | 727,4   |
| Итого за день |                                      | 700     | 23,44   | 21     | 88,47       | 727,4   |

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

27.01.2023 (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    |
| Итого за Обед |                                     | 700     | 26,59   | 28     | 80,67       | 654     |
| Итого за день |                                     | 700     | 26,59   | 28     | 80,67       | 654     |

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

28.01.2023 (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>   |                                                     |         |         |        |             |         |
| 25            | Салат "Степной" из разных овощей                    | 60      | 0,83    |        | 4,34        | 22,1    |
| 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   |
| 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        | 104     |
| 1 186         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                    | 20      | 1,53    |        | 9,98        | 49,3    |
| Итого за Обед |                                                     | 735     | 23,17   | 28     | 113,64      | 779,5   |
| Итого за день |                                                     | 735     | 23,17   | 28     | 113,64      | 779,5   |



Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

23.01.2023 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                                          | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>   |                                                             |         |         |        |            |         |
| 818,02        | Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным | 100     | 1,75    | 5      | 9,94       | 94,3    |
| 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    |
| Итого за Обед |                                                             | 805     | 30,02   | 30     | 86,67      | 764,8   |
| Итого за день |                                                             | 805     | 30,02   | 30     | 86,67      | 764,8   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

24.01.2023 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>   |                                     |         |         |        |            |         |
| 12 160,01     | Салат Золушка                       | 100     | 2,24    | 8      | 10,4       | 133,6   |
| 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   |
| Итого за Обед |                                     | 925     | 34,12   | 40     | 136,73     | 1 072,2 |
| Итого за день |                                     | 925     | 34,12   | 40     | 136,73     | 1 072,2 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

25.01.2023 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| № рецептуры   | Наименование блюда                        | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>   |                                           |         |         |        |            |         |
| 951           | Винегрет овощной с соленым огурцом        | 100     | 1,29    | 7      | 7,85       | 101,9   |
| 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, тушенная в соусе красном с овощами | 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    |
| Итого за Обед |                                           | 885     | 33,37   | 41     | 114,7      | 962,7   |
| Итого за день |                                           | 885     | 33,37   | 41     | 114,7      | 962,7   |



Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



26.01.2023 (четверг)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы 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



27.01.2023 (пятница)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы 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           | 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    |
| 838           | Крендель песочный с сахаром         | 60      | 4,71    | 11     | 44,87      | 292,8   |
| Итого за Обед |                                     | 835     | 33,57   | 43     | 128,17     | 997,6   |
| Итого за день |                                     | 835     | 33,57   | 43     | 128,17     | 997,6   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



28.01.2023 (суббота)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р**

| № рецептуры   | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|-----------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                                     |         |         |        |            |         |
| 25            | Салат "Степной" из разных овощей                    | 100     | 1,39    |        | 7,23       | 36,8    |
| 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   |
| 1 011,01      | Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук) | 180     | 6,22    | 11     | 35,96      | 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    |
| Итого за Обед |                                                     | 865     | 27,01   | 33     | 127,52     | 889,3   |
| Итого за день |                                                     | 865     | 27,01   | 33     | 127,52     | 889,3   |



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575937

Владелец Батина Тамара Георгиевна

Действителен с 12.06.2022 по 12.06.2023