



Согласовано:  
 директор   
 Ю. С. Трушкова

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Ю. Козырева  
 23.09.2024 (понедельник)



**Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	125,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	16,45	5	2,98	122,7
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>31,08</b>	<b>17</b>	<b>106,15</b>	<b>707,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>31,08</b>	<b>17</b>	<b>106,15</b>	<b>707,1</b>

Согласовано:  
 директор   
 Ю. С. Трушкова

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Ю. Козырева  
 24.09.2024 (вторник)



**Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 098	Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной	200	1,48	3	6,41	57,5
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	5	40,96	212,7
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>23,91</b>	<b>35</b>	<b>99,29</b>	<b>707,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>23,91</b>	<b>35</b>	<b>99,29</b>	<b>707,3</b>

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



25.09.2024 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отзарное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19		164,6
995	Пюре картофельное	150	3,31	10	37,17	230
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		700	27,69	38	102,02	751,2
<b>Итого за день</b>		700	27,69	38	102,02	751,2

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



26.09.2024 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,23	**Котлета Пожарская	90	12,9	10		162
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	5	40,96	212,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		700	27,7	21	105,14	726,6
<b>Итого за день</b>		700	27,7	21	105,14	726,6

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

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



27.09.2024 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4
1 308	**Котлета куриная	90	16,41	21	0,18	182,9
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	43,85	240,8
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Обед		770	33,61	37	111,14	831,2
Итого за день		770	33,61	37	111,14	831,2

Согласовано:

директор  
Ю.С. Трушкова

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



28.09.2024 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	16,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,36	109,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	**Плов со свининой	200	12,76	24	46,92	469,7
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	35	3,75	2	18,73	95,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
Итого за Обед		700	22,09	33	108,45	842,4
Итого за день		700	22,09	33	108,45	842,4