

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

07.10.2024 (понедельник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	6	6,36	99,3
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	220	5,96	6	37,22	193,6
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,38</b>	<b>14</b>	<b>81,98</b>	<b>459,4</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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>1 200</b>	<b>46,46</b>	<b>31</b>	<b>188,13</b>	<b>1 166,5</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

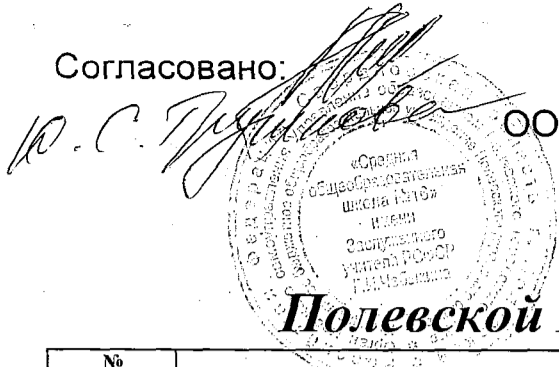
Ю.Ю. Козырева

08.10.2024 (вторник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,02	**Сырники с яблоком	80	8,8	9	15,93	180,8
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	4,48	4	35,08	198,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>88,59</b>	<b>562</b>
<b>Обед</b>						
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>		<b>700</b>	<b>27,7</b>	<b>21</b>	<b>105,14</b>	<b>726,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>44,7</b>	<b>37</b>	<b>193,73</b>	<b>1 288,6</b>

Согласовано:



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



09.10.2024 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

#### Завтрак

1 330,01	**Блинчики	60	3,3	3	21,3	129,5
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	190	4,85	6	30,1	195,3
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>13,04</b>	<b>12</b>	<b>94,33</b>	<b>531,1</b>

#### Обед

1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (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>		<b>700</b>	<b>27,69</b>	<b>38</b>	<b>102,02</b>	<b>751,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>40,73</b>	<b>50</b>	<b>196,35</b>	<b>1 282,3</b>

Согласовано:

Ю.С. Труфанова



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

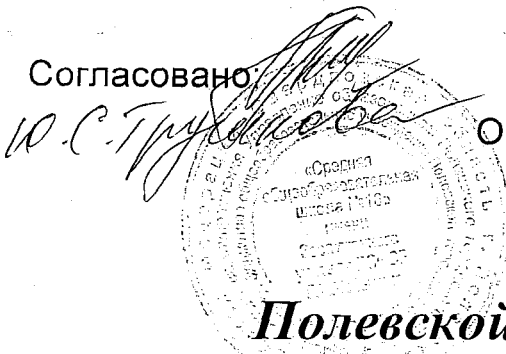


10.10.2024 (четверг)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	16,6	77,6
892	Омлет с картофелем	200	13,65	17	19,28	283,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	35	3,75	2	18,73	95,9
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>490</b>	<b>21,16</b>	<b>21</b>	<b>85,24</b>	<b>585,7</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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>1 190</b>	<b>45,07</b>	<b>56</b>	<b>184,53</b>	<b>1 293</b>

Согласовано


 Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"


Ю. Козырева

11.10.2024 (пятница)

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб

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

### Завтрак

976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	9,63	8	32,03	238
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	<b>12,25</b>	<b>9</b>	<b>70,49</b>	<b>444,6</b>

### Обед

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	4,38	5	12,24	110
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	7	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>770</b>	<b>33,55</b>	<b>39</b>	<b>110,78</b>	<b>814,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 310</b>	<b>45,8</b>	<b>48</b>	<b>181,27</b>	<b>1 259,4</b>

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

12.10.2024 (суббота)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	60	4,5	6	31,4	244,2
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	109,6
<b>Итого за Завтрак</b>		500	14,83	17	97,32	637,9
<b>Обед</b>						
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 свиной	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
<b>Итого за Обед</b>		700	22,09	33	108,45	842,4
<b>Итого за день</b>		1 200	36,92	50	205,77	1 480,3