

Согласовано  
 директор  
 Ю.С. Труфанов



Утверждаю директор  
 ООО «Комбинат общественного питания»  
 Ю.Козырева

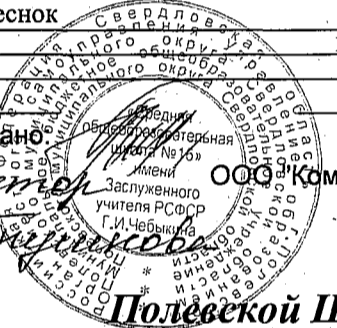


13.01.2025 (понедельник)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
139	Суп картофельный с бобовыми	210	4,94	5	18,04	131,6
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	160	3,57	4	37,34	192,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>706</b>	<b>30,05</b>	<b>17</b>	<b>101,09</b>	<b>645,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>706</b>	<b>30,05</b>	<b>17</b>	<b>101,09</b>	<b>645,2</b>

Согласовано  
 директор  
 Ю.С. Труфанов



Утверждаю директор  
 ООО «Комбинат общественного питания»  
 Ю.Козырева



14.01.2025 (вторник)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	210	3,18	5	21,19	115,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	**Шницель из мяса птицы	90	3,3	6	19,99	150,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,91	10	36,23	226,9
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
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>706</b>	<b>18,48</b>	<b>24</b>	<b>115,86</b>	<b>671,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>706</b>	<b>18,48</b>	<b>24</b>	<b>115,86</b>	<b>671,3</b>

Согласовано  
 директор  
 Ю.С. Труфанов



Утверждаю директор  
 ООО «Комбинат общественного питания»  
 Ю.Козырева



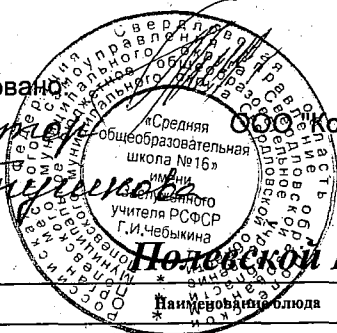
15.01.2025 (среда)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
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	8	27,17	210
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	41,1
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>716</b>	<b>30,73</b>	<b>39</b>	<b>84,54</b>	<b>763,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>716</b>	<b>30,73</b>	<b>39</b>	<b>84,54</b>	<b>763,7</b>

Согласовано

директор  
Ю.С. Труфанова



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.С. Козырева

16.01.2025 (четверг)

### Полеской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 098	Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной	210	1,56	3	6,73	60,4
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,91	10	36,23	226,9
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>22,55</b>	<b>40</b>	<b>92,72</b>	<b>709,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>701</b>	<b>22,55</b>	<b>40</b>	<b>92,72</b>	<b>709,2</b>

Согласовано

директор  
Ю.С. Труфанова



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.С. Козырева

17.01.2025 (пятница)

### Полеской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308	**Котлета куриная	90	16,41	21	0,18	182,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>766</b>	<b>35,35</b>	<b>43</b>	<b>107,67</b>	<b>845,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>766</b>	<b>35,35</b>	<b>43</b>	<b>107,67</b>	<b>845,3</b>

Согласовано

директор  
Ю.С. Труфанова



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.С. Козырева

18.01.2025 (суббота)

### Полеской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	1,6	4	7,73	115,2
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	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>19,65</b>	<b>37</b>	<b>92,73</b>	<b>800,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>701</b>	<b>19,65</b>	<b>37</b>	<b>92,73</b>	<b>800,1</b>