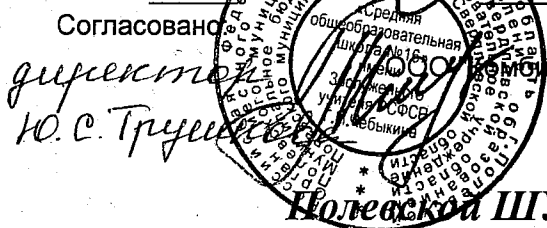


Утверждаю директор
ОО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

20.01.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	17,42	110,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
Итого за Обед		701	25,15	36	103,84	761,9
Итого за день		701	25,15	36	103,84	761,9

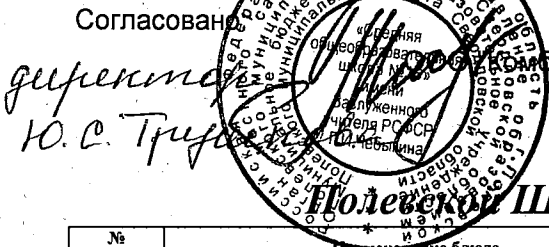


Утверждаю директор
ОО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

21.01.2025 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
1 027,16	**Котлета куриная Особая	90	12	10		162
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	220,5
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	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		746	28,92	27	87,3	813,9
Итого за день		746	28,92	27	87,3	813,9



Утверждаю директор
ОО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

22.01.2025 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
Итого за Обед		701	33	36	114,33	787,8
Итого за день		701	33	36	114,33	787,8

Согласовано
 директор
 Ю.С. Труфанов

Утверждаю директор
 "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



23.01.2025 (четверг)

Полеской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	8	27,17	210
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	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		701	17,02	24	96,66	674,4
Итого за день		701	17,02	24	96,66	674,4

Согласовано
 директор
 Ю.С. Труфанов

Утверждаю директор
 "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



24.01.2025 (пятница)

Полеской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
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
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		706	17,65	24	106,31	669,7
Итого за день		706	17,65	24	106,31	669,7

Согласовано
 директор
 Ю.С. Труфанов

Утверждаю директор
 "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



25.01.2025 (суббота)

Полеской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230	1,75	5	8,46	126,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
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	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
Итого за Обед		696	27,45	32	95,16	750,7
Итого за день		696	27,45	32	95,16	750,7