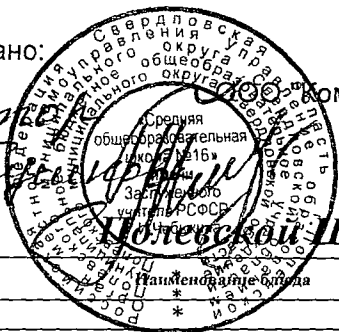


Согласовано:

директор
Ю.С. Трещин



Утверждаю директор

Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

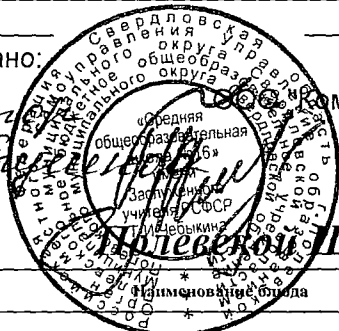


10.02.2025 (понедельник)
Молдавской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 139 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,88 | 6 | 21,48 | 156,6 |
| 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 @ | 100 | 18,27 | 5 | 3,31 | 136,3 |
| 512 | Рис припущенный | 180 | 3,66 | 4 | 30,01 | 264,6 |
| 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 |
| Итого за Обед | | 775 | 32,89 | 18 | 95,5 | 755,7 |
| Итого за день | | 775 | 32,89 | 18 | 95,5 | 755,7 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трещин



Утверждаю директор

Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

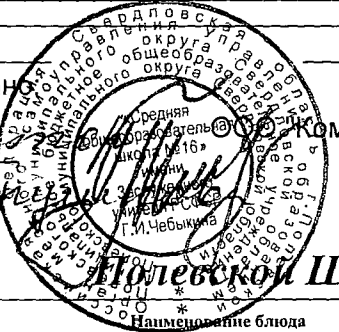


11.02.2025 (вторник)
Молдавской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--------------------------------------|------------|-------------|-----------|---------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 250 | 2,64 | 7 | 21,77 | 137,9 |
| 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 | 180 | 7,77 | 4 | 46,45 | 255,3 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 765 | 18,8 | 20 | 124,65 | 721,6 |
| Итого за день | | 765 | 18,8 | 20 | 124,65 | 721,6 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Трещин



Утверждаю директор

Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



12.02.2025 (среда)
Молдавской ШУ 5-11кл Обед 143 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 | 250 | 3,79 | 7 | 17,34 | 147,5 |
| 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 | 180 | 3,97 | 10 | 32,61 | 252 |
| 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 |
| Итого за Обед | | 805 | 33,09 | 43 | 97,01 | 861,6 |
| Итого за день | | 805 | 33,09 | 43 | 97,01 | 861,6 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Труфанов



Утверждаю директор



Комбинат общественного питания"
Ю.С. Козырева

13.02.2025 (четверг)

Полеской ЦШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 1 098 | Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной | 250 | 1,85 | 4 | 8,01 | 71,9 |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины @ | 100 | 11,21 | 28 | 3,86 | 240,2 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,77 | 4 | 46,45 | 255,3 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 770 | 24,83 | 38 | 102,6 | 773,1 |
| Итого за день | | 770 | 24,83 | 38 | 102,6 | 773,1 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Труфанов



Утверждаю директор



Комбинат общественного питания"
Ю.С. Козырева

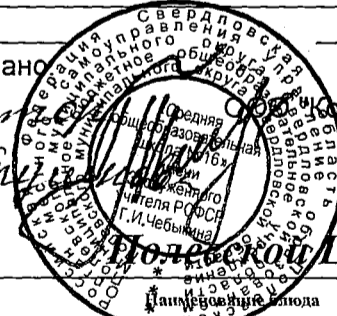
14.02.2025 (пятница)

Полеской ЦШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | 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 | 250 | 5,48 | 6 | 15,3 | 137,6 |
| 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 | 180 | 9,06 | 12 | 47,82 | 289 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 845 | 37,95 | 46 | 116,67 | 920,9 |
| Итого за день | | 845 | 37,95 | 46 | 116,67 | 920,9 |

Согласовано:

директор
Ю.С. Труфанов



Утверждаю директор



Комбинат общественного питания"
Ю.С. Козырева

15.02.2025 (суббота)

Полеской ЦШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | 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 | 250 | 1,91 | 5 | 9,2 | 137,1 |
| 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 | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 745 | 20,38 | 39 | 95,11 | 834,8 |
| Итого за день | | 745 | 20,38 | 39 | 95,11 | 834,8 |