



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю.Козырева  
 07.04.2025 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	103
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	220	5,96	6	37,22	215,6
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,38</b>	<b>12</b>	<b>79,98</b>	<b>489,4</b>
<b>Обед</b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
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	270,6
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>775</b>	<b>32,8</b>	<b>18</b>	<b>86,21</b>	<b>755,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 275</b>	<b>48,18</b>	<b>30</b>	<b>166,19</b>	<b>1 245,2</b>



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю.Козырева  
 08.04.2025 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,02	Сырники с яблоком @	65	7,15	7	12,94	146,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	220	4,92	5	38,58	218,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>525</b>	<b>14,23</b>	<b>13</b>	<b>76,47</b>	<b>495,3</b>
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	19,77	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	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>18,8</b>	<b>20</b>	<b>122,65</b>	<b>725,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 290</b>	<b>33,03</b>	<b>33</b>	<b>199,12</b>	<b>1 221,2</b>



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



09.04.2025 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 330,01	Блинчики @	50	2,75	3	17,75	107,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230	10,47	12	36,44	236,5
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>15,48</b>	<b>16</b>	<b>84,17</b>	<b>474,9</b>
<u>Обед</u>						
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
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>27,58</b>	<b>39</b>	<b>85,55</b>	<b>746,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 285</b>	<b>43,06</b>	<b>55</b>	<b>169,72</b>	<b>1 221,3</b>



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



10.04.2025 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
892,01	Омлет с картофелем 100	200	20,48	25	28,91	425,4
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>480</b>	<b>26,5</b>	<b>28</b>	<b>75,75</b>	<b>699,3</b>
<u>Обед</u>						
139,09	Суп гороховый	250	5,88	6	21,48	156,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
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	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>775</b>	<b>30,01</b>	<b>41</b>	<b>116,11</b>	<b>873,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 255</b>	<b>56,51</b>	<b>69</b>	<b>191,86</b>	<b>1 572,9</b>



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



11.04.2025 (пятница)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	9,63	8	32,03	238
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>12,21</b>	<b>9</b>	<b>64,48</b>	<b>435,4</b>
<b>Обед</b>						
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
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>785</b>	<b>36,22</b>	<b>43</b>	<b>96,06</b>	<b>807,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 315</b>	<b>48,43</b>	<b>52</b>	<b>160,54</b>	<b>1 243</b>



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



12.04.2025 (суббота)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	5,94	8	41,8	55,6
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	220	6,66	10	31,37	242,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,88</b>	<b>20</b>	<b>105,54</b>	<b>741,4</b>
<b>Обед</b>						
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	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>20,38</b>	<b>39</b>	<b>95,11</b>	<b>838,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>37,26</b>	<b>59</b>	<b>200,65</b>	<b>1 580,2</b>