



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



18.05.2026

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	15,01	11	33,34	292,4
815	Бутерброд с маслом и повидлом	50	3	8	13,19	136,76
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894.01	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		550	22,2	20	86,03	613,46
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	250	4,42	5	17,43	132,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свининой	280	20,12	22	50,4	480,08
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894.01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		800	31,06	29	115,52	849,68
<b>Итого за день</b>		1 350	53,26	49	201,55	1463,14



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



19.05.2026

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	11,19	13	37,61	312,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
455	Булочка школьная	60	6,04	6	21,36	163,6
894.01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		550	20,47	19	94,49	636,4
<b>Обед</b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
1 308.17	Биточек куриный.	100	13,74	12	4,41	180,6
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,95	7	51,86	298,24
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		800	31,42	28	127,79	893,04
<b>Итого за день</b>		1350	51,89	47	222,28	1529,44



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



20.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	250	12,4	11	35,99	292,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	8	10,88	123,96
894.01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,33	1	14,2	75,12
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>19,27</b>	<b>20</b>	<b>91,71</b>	<b>628,28</b>
<b>Обед</b>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100	1,36	5	11,53	96,56
1 030.2	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 744	Тефтели мясные	100	10,6	8		172,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	113,2
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>905</b>	<b>28,38</b>	<b>30</b>	<b>127,92</b>	<b>931,96</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1455</b>	<b>47,65</b>	<b>50</b>	<b>219,63</b>	<b>1560,24</b>



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



21.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	12,21	11	39,75	306,84
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	8,58	8	17,71	168,3
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>600</b>	<b>21,29</b>	<b>19</b>	<b>83,4</b>	<b>615,74</b>
<b>Обед</b>						
1 021.22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,8	8	23,75	182,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319.01	Шницель из мяса птицы	100	17,04	9	19,99	229,12
995	Пюре картофельное	180	3,91	9	29,44	214,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894.01	Хлеб пшеничный.	35	2,43		16,64	80,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,33	1	14,2	75,12
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>30,66</b>	<b>28</b>	<b>120,06</b>	<b>857,04</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 400</b>	<b>51,95</b>	<b>47</b>	<b>203,46</b>	<b>1472,78</b>



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



22.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	15,01	11	33,34	292,4
1 330,23	Оладьи с топпингом	70	2,67	8	16,21	147,52
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>20,11</b>	<b>19</b>	<b>80,19</b>	<b>576,32</b>

<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	4,52	7	21,81	168,32
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
866	Суфле из печени	100	12,6	13	3,5	181,4
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
512	Рис припущенный	180	4,6	6	41,05	236,6
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,01
894,01	Хлеб пшеничный	35	2,43		16,64	80,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,33	1	14,2	75,12
<b>Итого за Обед</b>		<b>820</b>	<b>28,08</b>	<b>30</b>	<b>122,47</b>	<b>873,54</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1370</b>	<b>48,19</b>	<b>49</b>	<b>202,66</b>	<b>1449,86</b>



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



23.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	13,99	13	38,74	267,92
1 141,09	Печенье детское	60	4,5	6	21	156
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>21,79</b>	<b>19</b>	<b>94,42</b>	<b>640,62</b>

<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	7	27,28	182,28
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,2	Котлета Полтавская	100	12,54	11	3,58	163,48
1 126	Соус томатный	20	0,12	3	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>28,12</b>	<b>28</b>	<b>117,83</b>	<b>819,86</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 355</b>	<b>49,91</b>	<b>47</b>	<b>212,25</b>	<b>1460,48</b>