

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



09.12.2024 (понедельник)

**Полевской 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	3,78	6	25,23	137,9
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	6	49,16	255,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
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>776</b>	<b>27,76</b>	<b>43</b>	<b>116,72</b>	<b>815,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>776</b>	<b>27,76</b>	<b>43</b>	<b>116,72</b>	<b>815,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



10.12.2024 (вторник)

**Полевской 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	6	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
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	90	12	10		162
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
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	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>826</b>	<b>30,64</b>	<b>32</b>	<b>109,77</b>	<b>887,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>826</b>	<b>30,64</b>	<b>32</b>	<b>109,77</b>	<b>887,5</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

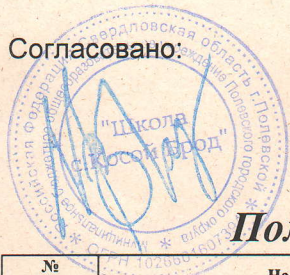


11.12.2024 (среда)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
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	100	18,73	23	9,34	231,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	9	52,62	289
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	2,13	1	14,63	64,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>791</b>	<b>36,87</b>	<b>37</b>	<b>134,02</b>	<b>879,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>791</b>	<b>36,87</b>	<b>37</b>	<b>134,02</b>	<b>879,3</b>

Согласовано:

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

12.12.2024 (четверг)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
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	180	3,97	12	44,61	276
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	11,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		781	19,22	28	120,63	767,5
<b>Итого за день</b>		781	19,22	28	120,63	767,5

Согласовано:

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

13.12.2024 (пятница)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 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	280	2,13	7	10,3	153,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	230	21,4	26	44,49	436,7
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	45	4,82	2	24,08	123,3
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	23,4	103,6
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		801	33	37	122,6	908,9
<b>Итого за день</b>		801	33	37	122,6	908,9

Согласовано:

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

14.12.2024 (суббота)

**Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,23	**Котлета Пожарская	90	12,9	10		162
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	9	52,62	289
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
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>		796	30,2	30	109,23	783,1
<b>Итого за день</b>		796	30,2	30	109,23	783,1