

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 175	Рассольник домашний со сметаной	250	2,27	6	13,85	120,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	Плов с мясом птицы	300	18,87	18	58,1	464,2
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
Итого за Обед		805	26,8	26	120,68	823,9
Итого за день		805	26,8	26	120,68	823,9

Согласовано:



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



17.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	100	22,98	39	1,22	378,8
518	Картофель отварной	180	0,54	1	4,37	269,7
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
894,01	Хлеб пшеничный.	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		810	32,92	50	60,36	990,7
Итого за день		810	32,92	50	60,36	990,7

Согласовано:

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



18.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,02	Биточек куриный	90	167,4	180		1 916,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
894,01	Хлеб пшеничный.	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		820	182,39	197	127,09	2 655,1
Итого за день		820	182,39	197	127,09	2 655,1

Согласовано:

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



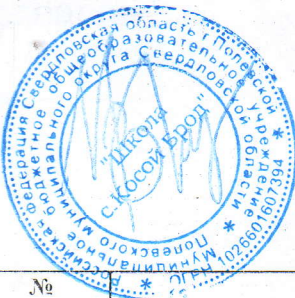
19.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
437,06	Гуляш из мяса свинины	100	11,17	28	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
894,01	Хлеб пшеничный.	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		810	35,41	44	141,53	1 027,3
Итого за день		810	35,41	44	141,53	1 027,3

Согласовано:

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



20.09.2025

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,6	Котлета Московская	90	120,01	99	103,5	1 619,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	7	45,44	262,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
894,01	Хлеб пшеничный.	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		870	137,53	116	221,09	2 329,5
Итого за день		870	137,53	116	221,09	2 329,5