

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

05.11.2025

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

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|

#### Завтрак

|                  |                                                          |     |       |    |        |       |
|------------------|----------------------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 850              | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250 | 8,41  | 11 | 35,99  | 276,8 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                            | 200 |       |    | 16     | 63,8  |
| 450,19           | Кекс ванильный с изюмом                                  | 60  | 6,88  | 6  | 33,72  | 171,7 |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                          | 40  | 3,24  |    | 19,52  | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                          | 550 | 18,53 | 17 | 105,23 | 609,1 |

#### Обед

|               |                                     |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 844         | Чеснок                              | 1     | 0,01  |    | 0,03   | 0,2     |
| 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    |
| 1 027,13      | Котлета Деревенская                 | 90    | 14,69 | 12 | 8,5    | 199,9   |
| 1 126         | Соус томатный                       | 20    | 0,12  | 1  | 1,16   | 11,1    |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая          | 160   | 9,95  | 6  | 51,86  | 303,6   |
| 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    |
| Итого за Обед |                                     | 776   | 35,56 | 27 | 117,22 | 853,3   |
| Итого за день |                                     | 1 326 | 54,09 | 44 | 222,45 | 1 462,4 |

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

06.11.2025

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

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|

#### Завтрак

|                  |                                                 |     |       |    |       |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 111            | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 7,17  | 8  | 33,82 | 237,6 |
| 686              | Чай с лимоном                                   | 200 | 0,06  |    | 15,16 | 59,9  |
| 810              | Бутерброд с сыром                               | 40  | 5,58  | 5  | 13,71 | 118,3 |
| 976              | Яблоки свежие                                   | 120 | 0,48  |    | 11,76 | 88    |
| Итого за Завтрак |                                                 | 610 | 13,29 | 13 | 74,45 | 503,8 |

#### Обед

|               |                                        |       |       |    |        |         |
|---------------|----------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)                | 1     |       |    | 0,01   | 0,1     |
| 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    |
| 1 319,01      | Шницель из мяса птицы                  | 90    | 33,04 | 6  | 19,99  | 150,1   |
| 1 126         | Соус томатный                          | 20    | 0,12  | 1  | 1,16   | 11,1    |
| 995           | Пюре картофельное                      | 160   | 3,48  | 5  | 23,5   | 156,8   |
| 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    |
| Итого за Обед |                                        | 776   | 43,86 | 21 | 98,71  | 643,4   |
| Итого за день |                                        | 1 386 | 57,15 | 34 | 173,16 | 1 147,2 |

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

07.11.2025

## 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     | 7,51    | 9      | 31,53       | 250,3   |
| 1 330,23         | Оладьи с топпингом                                | 70      | 2,67    | 3      | 6,21        | 71,9    |
| 1 188            | Чай с сахаром                                     | 200     |         |        | 16          | 63,8    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 30      | 2,43    |        | 14,64       | 72,6    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550     | 12,61   | 12     | 68,38       | 458,6   |

|               |                                               |       |       |    |        |         |
|---------------|-----------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                               |       |       |    |        |         |
| 1 844         | Чеснок                                        | 1     | 0,01  |    | 0,03   | 0,2     |
| 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    |
| 1 023         | Фрикасе из мяса птицы с соусом                | 100   | 17,33 | 5  | 3,31   | 132,2   |
| 512           | Рис припущенный                               | 160   | 3,84  | 6  | 39,52  | 235,1   |
| 912           | Компот из свежих яблок                        | 200   | 0,11  |    | 23,88  | 99,1    |
| 897           | Хлеб пшеничный                                | 25    | 2,68  | 1  | 13,38  | 71      |
| 1 147         | Хлеб ржаной.                                  | 25    | 2,13  | 1  | 12,13  | 64,8    |
| Итого за Обед |                                               | 766   | 29,15 | 20 | 101,43 | 746,7   |
| Итого за день |                                               | 1 316 | 41,76 | 32 | 169,81 | 1 205,3 |

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

08.11.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| № рецептуры      | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                   |         |         |        |             |         |
| 883              | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 8,99    | 10     | 39,74       | 303,3   |
| 1 141,09         | Печенье детское                                   | 60      | 4,5     | 6      | 34          | 244,2   |
| 686              | Чай с лимоном                                     | 200     | 0,06    |        | 15,16       | 59,9    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                   | 40      | 3,24    |        | 19,52       | 96,8    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550     | 16,79   | 16     | 108,42      | 704,2   |

|               |                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|--------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| <b>Обед</b>   |                                      |       |       |    |        |         |
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)              | 1     |       |    | 0,01   | 0,1     |
| 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    |
| 1 308,04      | Котлета Полтавская                   | 90    | 14,76 | 19 | 1,58   | 164,6   |
| 1 126         | Соус томатный                        | 20    | 0,12  | 1  | 1,16   | 11,1    |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом | 160   | 6,76  | 5  | 40,39  | 233     |
| 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    |
| Итого за Обед |                                      | 776   | 29,49 | 33 | 100,79 | 746,4   |
| Итого за день |                                      | 1 326 | 46,28 | 49 | 209,21 | 1 450,6 |