

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

09.02.2026

**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 | 180          | 5,41         | 7         | 22,7          | 180,2          |
| 891                     | Омлет запеченный или паровой                      | 100          | 10,08        | 11        | 3,26          | 152,6          |
| 1 046                   | Бутерброд с повидлом                              | 40           | 2,15         | 1         | 22,19         | 103,4          |
| 686                     | Чай с лимоном                                     | 200          | 0,06         |           | 15,16         | 59,9           |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                    | 30           | 3,21         | 1         | 24,99         | 85,2           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b>   | <b>20,91</b> | <b>20</b> | <b>88,3</b>   | <b>581,3</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                   |              |              |           |               |                |
| 1 844                   | Чеснок                                            | 1            | 0,01         |           | 0,03          | 0,2            |
| 1 039                   | Суп с вермишелью                                  | 250          | 4,42         | 5         | 17,43         | 100,8          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 018                   | Плов со свининой                                  | 230          | 18,51        | 42        | 56,1          | 588,2          |
| 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>736</b>   | <b>28,25</b> | <b>49</b> | <b>113,93</b> | <b>890,1</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 286</b> | <b>49,16</b> | <b>69</b> | <b>202,23</b> | <b>1 471,4</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

10.02.2026

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

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |              |              |           |               |                |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250          | 7,03         | 7         | 39,61         | 244,5          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 1 312                   | Булочка школьная с сахарной пудрой              | 60           | 0,05         |           | 13,54         | 53,3           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40           | 3,24         |           | 19,52         | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>550</b>   | <b>10,32</b> | <b>7</b>  | <b>88,67</b>  | <b>458,4</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                 |              |              |           |               |                |
| 1 813                   | Лук репчатый (порциями)                         | 1            |              |           | 0,01          | 0,1            |
| 139                     | Суп картофельный с бобовыми                     | 250          | 5,88         | 6         | 21,48         | 166,6          |
| 1 308,02                | Биточек куриный                                 | 90           | 16,74        | 18        | 4,41          | 191,7          |
| 1 126                   | Соус томатный                                   | 20           | 0,12         | 4         | 1,16          | 11,1           |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом            | 160          | 6,76         | 5         | 40,39         | 233            |
| 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>    |                                                 | <b>771</b>   | <b>34,01</b> | <b>34</b> | <b>116,14</b> | <b>829,5</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>1 321</b> | <b>44,33</b> | <b>41</b> | <b>204,81</b> | <b>1 287,9</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

11.02.2026

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

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 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    |
| 808              | Бутерброд с маслом сливочным                             | 40      | 2,11       | 12        | 10,88           | 184     |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                          | 40      | 3,24       |           | 19,52           | 96,8    |
| Итого за Завтрак |                                                          | 530     | 13,76      | 23        | 82,39           | 621,4   |
| <b>Обед</b>      |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 1 844            | Чеснок                                                   | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 030            | 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    |
| 1 027,13         | Котлета Деревенская                                      | 90      | 14,69      | 12        | 8,5             | 199,9   |
| 1 126            | Соус томатный                                            | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 998              | Каша гречневая рассыпчатая                               | 160     | 9,95       | 6         | 51,86           | 303,6   |
| 705              | Напиток из плодов шиповника                              | 200     | 0,68       |           | 27,62           | 128,6   |
| 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     | 33,46      | 30        | 131,34          | 919,7   |
| Итого за день    |                                                          | 1 306   | 47,22      | 53        | 213,73          | 1 541,1 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

12.02.2026

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

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 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                                   | 110     | 0,44       |           | 10,78           | 80,7    |
| Итого за Завтрак |                                                 | 600     | 13,25      | 13        | 73,47           | 496,5   |
| <b>Обед</b>      |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 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   |
| 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    |                                                 | 756     | 43,74      | 20        | 97,55           | 632,3   |
| Итого за день    |                                                 | 1 356   | 56,99      | 33        | 171,02          | 1 128,8 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

13.02.2026

### 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          | 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           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b>   | <b>12,61</b> | <b>12</b> | <b>68,38</b>  | <b>458,6</b>   |
| <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           |
| 1 296,01                | Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом         | 100          | 18,27        | 5         | 3,31          | 136,7          |
| 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         | 20,83         | 71             |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 25           | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>766</b>   | <b>30,09</b> | <b>20</b> | <b>108,88</b> | <b>751,2</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 316</b> | <b>42,7</b>  | <b>32</b> | <b>177,26</b> | <b>1 209,8</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

14.02.2026

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

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |              |              |           |               |                |
| 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           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>550</b>   | <b>16,79</b> | <b>16</b> | <b>108,42</b> | <b>704,2</b>   |
| <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         | 4         | 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           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>776</b>   | <b>29,49</b> | <b>36</b> | <b>100,79</b> | <b>746,4</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 326</b> | <b>46,28</b> | <b>52</b> | <b>209,21</b> | <b>1 450,6</b> |