

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

05.03.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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	16,74	18	4,41	191,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	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.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		795	29,71	37	119,3	869,7
Итого за день		795	29,71	37	119,3	869,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

06.03.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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	24	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
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		785	33,15	39	117,63	916,3
Итого за день		785	33,15	39	117,63	916,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

07.03.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
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	12	10	10,35	162
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
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
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		845	27,65	34	118,04	852,4
Итого за день		845	27,65	34	118,04	852,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

02.03.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	141,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,13	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
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		800	35,99	22	137,71	899
Итого за день		800	35,99	22	137,71	899

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

03.03.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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	250	15,72	15	48,42	386,8
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		755	23,65	23	111	746,5
Итого за день		755	23,65	23	111	746,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

04.03.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
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		785	34,11	54	81,71	880,4
Итого за день		785	34,11	54	81,71	880,4