

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

06.04.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 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	240	7,21	9	30,27	285,6
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	25	2,68	1	20,83	71
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>505</b>	<b>12,1</b>	<b>11</b>	<b>88,45</b>	<b>519,9</b>
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	200	3,54	4	13,95	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свиной	240	19,32	44	58,54	613,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>28,99</b>	<b>50</b>	<b>117,72</b>	<b>920,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>41,09</b>	<b>61</b>	<b>206,17</b>	<b>1 440,3</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

07.04.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	9,85	10	34,85	215,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
455	Булочка школьная	60	11,04	4	72,36	372,2
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>24,13</b>	<b>14</b>	<b>142,73</b>	<b>748</b>
<b>Обед</b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
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
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>35,92</b>	<b>32</b>	<b>115,42</b>	<b>843,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>60,05</b>	<b>46</b>	<b>258,15</b>	<b>1 591,9</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

08.04.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	7,4	10	31,67	243,6
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>12,75</b>	<b>22</b>	<b>78,07</b>	<b>588,2</b>
<b>Обед</b>						
1 030,2	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 744	Тефтели мясные	80	9,6	8		129,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>23,8</b>	<b>23</b>	<b>102,82</b>	<b>724,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>36,55</b>	<b>45</b>	<b>180,89</b>	<b>1 312,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

09.04.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,73	6	27,06	190
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>11,81</b>	<b>11</b>	<b>66,71</b>	<b>448,9</b>
<b>Обед</b>						
1 021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
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	4	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>42,41</b>	<b>22</b>	<b>89,62</b>	<b>583,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 255</b>	<b>54,22</b>	<b>33</b>	<b>156,33</b>	<b>1 032,4</b>

Согласовано:



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



10.04.2026

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 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	220	6,61	8	27,75	261,8
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>520</b>	<b>11,71</b>	<b>11</b>	<b>64,6</b>	<b>470,1</b>
<b>Обед</b>						
124,17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски	100	12,6	13	2,6	180
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
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>705</b>	<b>23,79</b>	<b>27</b>	<b>103,84</b>	<b>753,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>35,5</b>	<b>38</b>	<b>168,44</b>	<b>1 223,2</b>

Согласовано:



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



11.04.2026

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	8	31,79	242,6
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>500</b>	<b>14,99</b>	<b>14</b>	<b>100,47</b>	<b>643,5</b>
<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,03	5	13,82	109,3
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	150	6,34	4	37,87	218,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>27,72</b>	<b>34</b>	<b>89,93</b>	<b>679,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>42,71</b>	<b>48</b>	<b>190,4</b>	<b>1 322,8</b>