

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

04.05.2026

**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	14,01	9	42,34	306,4
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	2,03		12,2	60,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>505</b>	<b>18,25</b>	<b>10</b>	<b>91,89</b>	<b>530,2</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 свининой	250	20,12	46	60,98	639,3
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>28,97</b>	<b>52</b>	<b>115,3</b>	<b>920,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>47,22</b>	<b>62</b>	<b>207,19</b>	<b>1451,1</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

05.05.2026

**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	200	8,95	9	31,68	195,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
455	Булочка школьная	60	11,04	5	43,36	262,6
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,23</b>	<b>14</b>	<b>110,56</b>	<b>618,7</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
1 308,17	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.	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>715</b>	<b>36,76</b>	<b>32</b>	<b>120,29</b>	<b>869</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>59,99</b>	<b>46</b>	<b>230,85</b>	<b>1487,7</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



06.05.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4
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		229,6
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.	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>760</b>	<b>25,11</b>	<b>26</b>	<b>110,73</b>	<b>889,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 260</b>	<b>37,86</b>	<b>48</b>	<b>188,8</b>	<b>1477,8</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



07.05.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	9,78	7	37,9	253,7
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	8,58	6	20,71	168,3
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	90,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>18,86</b>	<b>13</b>	<b>84,55</b>	<b>572,6</b>

<b>Обед</b>						
1 021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	199,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 026,05	Шницель из мяса птицы	90	33,04	6	19,99	250,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	6	25,03	187
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,43		16,64	80,28
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>44,53</b>	<b>19</b>	<b>100,77</b>	<b>857,28</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 255</b>	<b>63,39</b>	<b>32</b>	<b>185,32</b>	<b>1429,88</b>

Согласовано:

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

08.05.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	12,01	8	39,34	277,4
1 330,27	Оладьи с топпингом	70	2,67	3	6,21	171,9
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>17,11</b>	<b>11</b>	<b>76,19</b>	<b>585,7</b>
<b><u>Обед</u></b>						
124,17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	156
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
866	Суфле из печени	100	12,6	13	3,5	233,4
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>104,74</b>	<b>856,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>40,9</b>	<b>38</b>	<b>180,93</b>	<b>1442,2</b>