

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

07.09.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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 | 160          | 4,81         | 5,92         | 20,18         | 190,4          |
| 891                     | Омлет запеченный или паровой                      | 100          | 9,41         | 8,67         | 3,26          | 123,1          |
| 1 046                   | Бутерброд с повидлом                              | 40           | 2,15         | 0,81         | 22,19         | 103,4          |
| 686                     | Чай с лимоном                                     | 200          | 0,06         | 0,01         | 15,16         | 59,9           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 25           | 2,03         | 0,25         | 12,2          | 60,5           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>525</b>   | <b>18,46</b> | <b>15,8</b>  | <b>72,99</b>  | <b>537,3</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                   |              |              |              |               |                |
| 836                     | Огурцы свежие порционно                           | 60           | 1,48         | 0,06         | 10,68         | 48,6           |
| 1 039                   | Суп с вермишелью                                  | 200          | 3,54         | 4            | 13,95         | 80,7           |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 10           | 2,29         | 2,3          | 0,09          | 23,6           |
| 1 018                   | Плов со свиной                                    | 240          | 14,25        | 17,93        | 38,3          | 371,37         |
| 14 539,27               | Чай с сахаром                                     | 200          |              |              | 16            | 53,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 30           | 2,43         | 0,3          | 14,64         | 72,6           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 30           | 2,55         | 0,99         | 14,55         | 77,7           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>770</b>   | <b>26,54</b> | <b>25,58</b> | <b>108,21</b> | <b>728,37</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 295</b> | <b>45</b>    | <b>41,38</b> | <b>181,2</b>  | <b>1265,67</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

08.09.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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 | 200         | 10,95        | 9,89         | 25,68         | 225,6         |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200         |              |              | 16            | 63,8          |
| 455                     | Булочка школьная                                | 60          | 4,04         | 7,3          | 22,36         | 170,7         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                  | 40          | 4,28         | 1,8          | 17,4          | 96,8          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>500</b>  | <b>19,27</b> | <b>18,99</b> | <b>81,44</b>  | <b>556,9</b>  |
| <b>Обед</b>             |                                                 |             |              |              |               |               |
| 139                     | Суп картофельный с бобовыми                     | 200         | 4,7          | 4,43         | 13,18         | 82,1          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)*            | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8          |
| 1 308,02                | Биточек куриный                                 | 90          | 10,74        | 9,96         | 4,41          | 191,7         |
| 600                     | Соус сметанный                                  | 20          | 0,34         | 2,09         | 1,35          | 20,6          |
| 998                     | Каша гречневая рассыпчатая                      | 150         | 4,32         | 5,95         | 48,62         | 284,6         |
| 928                     | Компот из смеси сухофруктов                     | 200         | 0,35         | 0,09         | 24,36         | 101,7         |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 25          | 2,03         | 0,25         | 12,2          | 60,5          |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                    | 25          | 2,13         | 0,83         | 12,13         | 64,8          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                 | <b>715</b>  | <b>25,76</b> | <b>24,75</b> | <b>116,29</b> | <b>817,8</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |                                                 | <b>1215</b> | <b>45,03</b> | <b>43,74</b> | <b>197,73</b> | <b>1374,7</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

09.09.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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 | 200        | 6,73      | 8,73         | 28,79        | 221,4        |
| 1 066,01                | Сырники                                                  | 60         | 4,2       | 4,6          | 9,15         | 90,4         |
| 902                     | Молоко сгущенное                                         | 10         | 0,79      | 0,89         | 5,44         | 32,1         |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                            | 200        |           |              | 16           | 63,8         |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                           | 40         | 4,28      | 1,8          | 17,4         | 96,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>510</b> | <b>16</b> | <b>16,02</b> | <b>76,78</b> | <b>504,5</b> |

|                      |                                      |             |              |              |               |                |
|----------------------|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                      |             |              |              |               |                |
| 835                  | Помидоры порционнo                   | 60          | 0,66         | 0,12         | 12,33         | 52,86          |
| 1 030,2              | Рассольник ленинградский со сметаной | 200         | 2,16         | 7,1          | 14,24         | 91,3           |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8           |
| 1 744                | Тефтели мясные                       | 90          | 10,8         | 8,89         |               | 145,8          |
| 1 126                | Соус томатный                        | 20          | 0,12         | 1,33         | 1,16          | 11,1           |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 150         | 4,34         | 4,33         | 30,95         | 218,5          |
| 705                  | Напиток из плодов шиповника          | 200         | 0,68         | 0,28         | 27,62         | 68,6           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                      | 20          | 1,62         | 0,2          | 9,76          | 48,4           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                         | 25          | 2,13         | 0,83         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>770</b>  | <b>23,66</b> | <b>24,23</b> | <b>108,23</b> | <b>713,16</b>  |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>1280</b> | <b>39,66</b> | <b>40,25</b> | <b>185,01</b> | <b>1217,66</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

10.09.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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         | 6,46         | 27,06        | 190          |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200        | 0,06         | 0,01         | 15,16        | 59,9         |
| 1 330,18                | Блинчики с малиной                              | 80         | 7,75         | 8,7          | 8,74         | 101,2        |
| 976                     | Яблоки свежие                                   | 110        | 0,44         | 0,44         | 10,78        | 80,7         |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40         | 3,24         | 0,4          | 19,52        | 96,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | <b>630</b> | <b>17,22</b> | <b>16,01</b> | <b>81,26</b> | <b>528,6</b> |

|                      |                                        |             |              |              |               |                |
|----------------------|----------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |             |              |              |               |                |
| 1 021,22             | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 200         | 0,83         | 1,44         | 29,36         | 102,1          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8           |
| 1 026,05             | Шницель из мяса птицы                  | 90          | 13,3         | 15,26        | 16,99         | 253,34         |
| 995                  | Пюре картофельное                      | 150         | 3,26         | 5,04         | 22,03         | 147            |
| 14 539,27            | Чай с сахаром                          | 200         |              |              | 16            | 53,8           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                        | 40          | 3,24         | 0,4          | 19,52         | 96,8           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                           | 20          | 1,7          | 0,66         | 9,7           | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                        | <b>705</b>  | <b>23,48</b> | <b>23,95</b> | <b>113,64</b> | <b>716,64</b>  |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1335</b> | <b>40,7</b>  | <b>39,96</b> | <b>194,9</b>  | <b>1245,24</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

11.09.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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 | 200          | 6,01         | 7,4          | 25,23         | 238           |
| 1 330,27                | Оладьи с топпингом                                | 70           | 7,08         | 8,4          | 13,79         | 158,6         |
| 14 539,27               | Чай с сахаром                                     | 200          |              |              | 16            | 53,8          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 30           | 2,43         | 0,3          | 14,64         | 72,6          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>500</b>   | <b>15,52</b> | <b>16,1</b>  | <b>69,66</b>  | <b>523</b>    |
| <b>Обед</b>             |                                                   |              |              |              |               |               |
| 836                     | Огурцы свежие порционно                           | 60           | 1,48         | 0,06         | 10,68         | 48,6          |
| 124,17                  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 200          | 1,32         | 0,99         | 16,03         | 108,5         |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5            | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8          |
| 14 572                  | Наггетсы куриные                                  | 100          | 13,5         | 16,4         | 10            | 241,6         |
| 512                     | Рис припущенный                                   | 150          | 3,6          | 4            | 29,55         | 220,4         |
| 912                     | Компот из свежих яблок                            | 200          | 0,11         | 0,16         | 23,88         | 99,1          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 25           | 2,03         | 0,25         | 12,2          | 60,5          |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 25           | 2,13         | 0,83         | 12,13         | 64,8          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>765</b>   | <b>25,32</b> | <b>23,84</b> | <b>114,51</b> | <b>855,3</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 285</b> | <b>40,84</b> | <b>39,94</b> | <b>184,17</b> | <b>1378,3</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

12.09.2026

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 316 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 | 200         | 7,19         | 7,76         | 27,79         | 242,6          |
| 686                     | Чай с лимоном                                     | 200         | 0,06         | 0,01         | 15,16         | 59,9           |
| 1 141,09                | Печенье детское                                   | 60          | 7,5          | 7,88         | 21            | 184,2          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 40          | 3,24         | 0,4          | 19,52         | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>500</b>  | <b>17,99</b> | <b>16,05</b> | <b>83,47</b>  | <b>583,5</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                   |             |              |              |               |                |
| 1 058                   | Суп Крестьянский с крупой, сметаной               | 200         | 2,03         | 6,07         | 17,82         | 109,3          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5           | 1,15         | 1,15         | 0,04          | 11,8           |
| 1 308,2                 | Котлета Полтавская                                | 90          | 14,76        | 11,54        | 17,58         | 257,86         |
| 1 126                   | Соус томатный                                     | 20          | 0,12         | 1,33         | 1,16          | 11,1           |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом              | 150         | 4,34         | 4,33         | 30,95         | 218,5          |
| 14 539,27               | Чай с сахаром                                     | 200         |              |              | 16            | 53,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 20          | 1,62         | 0,2          | 9,76          | 48,4           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 20          | 1,7          | 0,66         | 9,7           | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>705</b>  | <b>25,72</b> | <b>25,28</b> | <b>103,01</b> | <b>762,56</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1205</b> | <b>43,71</b> | <b>41,33</b> | <b>186,48</b> | <b>1346,06</b> |