

Согласовано:

Н.В. *Григорьева*
МБОУ Школа № 14
Труда

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



17.12.2024 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углев о- ды	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 066,02	**Сырники с яблоком	80	8,8	9	15,93	180,8
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	220	4,92	5	38,58	218,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Завтрак		540	17,44	17	92,09	581,8
<u>Обед</u>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	210	3,18	5	21,19	115,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,23	**Котлета Пожарская	90	12,9	10		162
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,91	5	43,69	226,9
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		706	28,08	23	103,33	683,2
Итого за день		1 246	45,52	40	195,42	1 265

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



18.12.2024 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ
			г	г	о-ды	ккал
Завтрак						
1 330,01	**Блинчики	60	3,3	3	21,3	129,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	9,1	10	31,68	205,6
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Завтрак		500	14,66	14	82,96	463,3
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19		164,6
995	Пюре картофельное	150	3,31	10	37,17	230
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	41,1
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
Итого за Обед		676	25,25	37	88,18	684,4
Итого за день		1 176	39,91	51	171,14	1 147,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

19.12.2024 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углев о- ды	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
892	Омлет с картофелем	200	13,65	17	19,28	283,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
Итого за Завтрак		500	21,59	20	91,01	610,7
<u>Обед</u>						
1 098	Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной	210	1,56	3	6,73	60,4
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,91	5	43,69	226,9
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		701	22,55	35	100,18	709,2
Итого за день		1 201	44,14	55	191,19	1 319,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

20.12.2024 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углев о- ды	ЭЦ ккал
Завтрак						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	9,63	8	32,03	238
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Завтрак		540	12,25	9	70,49	444,6
Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308	**Котлета куриная	90	16,41	21	0,18	182,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	43,85	240,8
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
Итого за Обед		776	35,25	40	112,05	846,2
Итого за день		1 316	47,5	49	182,54	1 290,8

Согласовано:

Утверждаю директор

И.О. *Ирина Козырева*
ММБКУ *ШУ 1-4 кл*
Школа № 14

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Козырева



21.12.2024 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углев о- ды	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	220	6,66	10	31,37	242,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	109,6
Итого за Завтрак		500	13,94	16	89,7	578,5

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	1,6	5	7,73	115,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	**Плов со свининой	200	12,76	24	46,92	469,7
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		701	19,65	38	92,73	800,1
Итого за день		1 201	33,59	54	182,43	1 378,6