

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

10.11.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

**Завтрак**

|                  |                                                 |     |       |    |        |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 235,05           | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 7,03  | 9  | 39,61  | 282   |
| 1 141,09         | Печенье детское                                 | 60  | 4,5   | 6  | 34     | 244,2 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                   | 200 |       |    | 16     | 63,8  |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.                                 | 40  | 3,24  |    | 19,52  | 96,8  |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550 | 14,77 | 15 | 109,13 | 686,8 |

**Обед**

|               |                                      |       |       |    |        |         |
|---------------|--------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 844         | Чеснок                               | 1     | 0,01  |    | 0,03   | 0,2     |
| 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   |
| 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 |                                      | 781   | 35,72 | 21 | 136,39 | 883,4   |
| Итого за день |                                      | 1 331 | 50,49 | 36 | 245,52 | 1 570,2 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

11.11.2025

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

**Завтрак**

|                  |                                             |     |       |    |        |       |
|------------------|---------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 174              | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 250 | 6,78  | 7  | 42,29  | 245   |
| 1 188            | Чай с сахаром                               | 200 |       |    | 16     | 63,8  |
| 450,05           | Маффин ванильный                            | 60  | 6,21  | 6  | 44,16  | 259,5 |
| 897              | Хлеб пшеничный                              | 40  | 4,28  | 2  | 21,4   | 113,6 |
| Итого за Завтрак |                                             | 550 | 17,27 | 15 | 123,85 | 681,9 |

**Обед**

|               |                                     |       |       |    |        |         |
|---------------|-------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)             | 1     |       |    | 0,01   | 0,1     |
| 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 |                                     | 756   | 23,65 | 23 | 111,01 | 746,6   |
| Итого за день |                                     | 1 306 | 40,92 | 38 | 234,86 | 1 428,5 |

Согласовано:



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



12.11.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

### Завтрак

|                  |                                                   |     |       |     |        |         |
|------------------|---------------------------------------------------|-----|-------|-----|--------|---------|
| 1 013            | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 240 | 7,21  | 9   | 30,27  | 240,3   |
| 739,01           | Слойка с творогом                                 | 90  | 77,75 | 143 | 636,81 | 4 160,9 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                     | 200 |       |     | 16     | 63,8    |
| 897              | Хлеб пшеничный                                    | 20  | 2,14  | 1   | 10,7   | 56,8    |
| Итого за Завтрак |                                                   | 550 | 87,1  | 153 | 693,78 | 4 521,8 |

### Обед

|               |                                        |       |        |     |        |         |
|---------------|----------------------------------------|-------|--------|-----|--------|---------|
| 1 844         | Чеснок                                 | 1     | 0,01   |     | 0,03   | 0,2     |
| 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   |
| 932           | Компот из кураги                       | 200   | 0,16   |     | 4,52   | 20,2    |
| 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 |                                        | 786   | 34,28  | 54  | 70,26  | 837     |
| Итого за день |                                        | 1 336 | 121,38 | 207 | 764,04 | 5 358,8 |

Согласовано:



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



13.11.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                  | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                     |              |              |           |                 |                |
| 334                     | Макаронные изделия запеченные с     | 210          | 14,04        | 13        | 51,04           | 360            |
| 1 188                   | Чай с сахаром                       | 200          |              |           | 16              | 63,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                     | 25           | 2,03         |           | 12,2            | 60,5           |
| 976                     | Яблоки свежие                       | 120          | 0,48         |           | 11,76           | 88             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                     | <b>555</b>   | <b>16,55</b> | <b>13</b> | <b>91</b>       | <b>572,3</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                     |              |              |           |                 |                |
| 1 813                   | Лук репчатый (порциями)             | 1            |              |           | 0,01            | 0,1            |
| 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        |                 | 191,7          |
| 1 126                   | Соус томатный                       | 20           | 0,12         | 1         | 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           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                     | <b>796</b>   | <b>29,71</b> | <b>34</b> | <b>114,9</b>    | <b>869,8</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                     | <b>1 351</b> | <b>46,26</b> | <b>47</b> | <b>205,9</b>    | <b>1 442,1</b> |

Согласовано:

МБОУ ПМО СОШ №14'

И.А. Карпанов

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

14.11.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 842              | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 250     | 9,1        | 9         | 32,75           | 316,9   |
| 450,18           | Кекс творожный                                  | 60      | 6,21       | 6         | 24,16           | 259,5   |
| 686              | Чай с лимоном                                   | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 897              | Хлеб пшеничный                                  | 40      | 4,28       | 2         | 21,4            | 113,6   |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550     | 19,65      | 17        | 93,47           | 749,9   |
| <b>Обед</b>      |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 844            | Чеснок                                          | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 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      | 28        | 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    |                                                 | 786     | 33,16      | 43        | 117,66          | 916,5   |
| Итого за день    |                                                 | 1 336   | 52,81      | 60        | 211,13          | 1 666,4 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Э.Ю.Козырева

15.11.2025

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

### Завтрак

|                  |                                                 |     |      |    |        |       |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|------|----|--------|-------|
| 302              | Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным | 250 | 10,8 | 11 | 54,9   | 366,8 |
| 1 188            | Чай с сахаром                                   | 200 |      |    | 16     | 63,8  |
| 1 141,09         | Печенье детское                                 | 60  | 4,5  | 6  | 34     | 244,2 |
| 693              | Батон                                           | 40  | 2    | 1  | 16,66  | 104,3 |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550 | 17,3 | 18 | 121,56 | 779,1 |

### Обед

|               |                                               |       |       |    |        |         |
|---------------|-----------------------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 813           | Икра кабачковая пром.производства             | 50    | 0,6   | 7  | 3,7    | 48,5    |
| 1 813         | Лук репчатый (порциями)                       | 1     |       |    | 0,01   | 0,1     |
| 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  | 1  | 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 |                                               | 846   | 27,65 | 31 | 118,05 | 852,5   |
| Итого за день |                                               | 1 396 | 44,95 | 49 | 239,61 | 1 631,6 |