

Согласовано:



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



12.01.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <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    |
| 1 018          | Плов со свиной                      | 230     | 18,51      | 42        | 56,1            | 588,2   |
| 14 539,27      | Чай с сахаром                       | 200     | 0,2        |           | 6,5             | 26,8    |
| 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  |                                     | 736     | 29,51      | 50        | 102,3           | 889,9   |
| Итого за день  |                                     | 736     | 29,51      | 50        | 102,3           | 889,9   |

Согласовано:

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



13.01.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u>    |                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 813          | Лук репчатый (порциями)              | 1       |            |           | 0,01            | 0,1     |
| 139            | Суп картофельный с бобовыми          | 250     | 5,88       | 6         | 21,48           | 166,6   |
| 1 308,02       | Биточек куриный                      | 90      | 16,74      | 18        | 4,41            | 191,7   |
| 1 126          | Соус томатный                        | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 516            | Макаронные изделия отварные с маслом | 160     | 6,76       | 5         | 40,39           | 233     |
| 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  |                                      | 771     | 34,01      | 34        | 116,14          | 829,5   |
| Итого за день  |                                      | 771     | 34,01      | 34        | 116,14          | 829,5   |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

14.01.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 844          | Чеснок                               | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 1 030          | Рассольник ленинградский со сметаной | 250     | 2,7        | 6         | 17,8            | 139,2   |
| 1 052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 027,13       | Котлета Деревенская                  | 90      | 14,69      | 12        | 8,5             | 199,9   |
| 1 126          | Соус томатный                        | 20      | 0,12       | 4         | 1,16            | 11,1    |
| 998            | Каша гречневая рассыпчатая           | 160     | 9,95       | 6         | 51,86           | 303,6   |
| 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    |
| Итого за Обед  |                                      | 776     | 33,46      | 30        | 131,34          | 919,7   |
| Итого за день  |                                      | 776     | 33,46      | 30        | 131,34          | 919,7   |



Согласовано:



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



15.01.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                     | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|----------------------|----------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |            |              |           |                 |              |
| 1 813                | Лук репчатый (порциями)                | 1          |              |           | 0,01            | 0,1          |
| 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         |
| 1 319,01             | 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                      | 160        | 3,48         | 5         | 23,5            | 156,8        |
| 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>776</b> | <b>43,86</b> | <b>24</b> | <b>98,71</b>    | <b>643,4</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>776</b> | <b>43,86</b> | <b>24</b> | <b>98,71</b>    | <b>643,4</b> |

Согласовано:



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



16.01.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                               |         |            |           |                 |         |
| 1 844          | Чеснок                                        | 1       | 0,01       |           | 0,03            | 0,2     |
| 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    |
| 1 023          | Фрикасе из мяса птицы с соусом                | 100     | 17,33      | 5         | 3,31            | 132,2   |
| 512            | Рис припущенный                               | 160     | 3,84       | 6         | 39,52           | 235,1   |
| 912            | Компот из свежих яблок                        | 200     | 0,11       |           | 23,88           | 99,1    |
| 897            | Хлеб пшеничный                                | 30      | 3,21       | 1         | 24,99           | 85,2    |
| 1 147          | Хлеб ржаной.                                  | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| Итого за Обед  |                                               | 771     | 29,68      | 20        | 113,04          | 760,9   |
| Итого за день  |                                               | 771     | 29,68      | 20        | 113,04          | 760,9   |



Согласовано

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

17.01.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| №<br>рецептуры       | Наименование блюда                   | Выход г    | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <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         |
| 1 308,04             | 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 | 160        | 6,76         | 5         | 40,39           | 233          |
| 1 188                | Чай с сахаром                        | 200        |              |           | 16              | 63,8         |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                      | 30         | 2,43         |           | 14,64           | 72,6         |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                         | 25         | 2,13         | 1         | 12,13           | 64,8         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>781</b> | <b>29,89</b> | <b>36</b> | <b>103,23</b>   | <b>758,5</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>781</b> | <b>29,89</b> | <b>36</b> | <b>103,23</b>   | <b>758,5</b> |