

Согласовано:

Н.В. Гуркина  
М.В. Сидорова  
С.В. Иванова  
Л.В. Жукова

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



18.05.2026

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

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

### Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	12,01	8	28,34	233,4
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	2,15	7	11,19	116,36
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>17,54</b>	<b>16</b>	<b>74,15</b>	<b>509,86</b>

### Обед

1 039	Суп с вермишелью	200	3,54	4	13,95	105,96
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свиной	250	18,12	18	46,98	422,48
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>26,97</b>	<b>24</b>	<b>101,3</b>	<b>729,34</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>44,51</b>	<b>40</b>	<b>175,45</b>	<b>1239,2</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.05.2026

## 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	10	25,68	228,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
455	Булочка школьная	60	6,04	6	21,36	163,6
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,23</b>	<b>16</b>	<b>82,56</b>	<b>552,7</b>
<b>Обед</b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	5	17,18	142,3
1 308,17	Биточек куриный.	90	12,74	10	4,41	158,6
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,32	6	43,62	245,76
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>710</b>	<b>26,61</b>	<b>24</b>	<b>115,25</b>	<b>794,26</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1210</b>	<b>44,84</b>	<b>40</b>	<b>197,81</b>	<b>1346,96</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.05.2026

## 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	11,4	10	31,67	262,28
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	8	10,88	123,96
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,83</b>	<b>19</b>	<b>78,01</b>	<b>550,24</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	90	9,6	8		172,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	3	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,34	4	37,87	204,84
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	113,2
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>775</b>	<b>23,11</b>	<b>25</b>	<b>110,73</b>	<b>803,64</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 275</b>	<b>39,94</b>	<b>44</b>	<b>188,74</b>	<b>1353,88</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

21.05.2026

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

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

### Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	9,78	8	27,9	213,7
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	8,58	8	17,71	168,3
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>18,86</b>	<b>16</b>	<b>71,55</b>	<b>522,6</b>

### Обед

1 021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	20,94	134,84
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 026,05	Шницель из мяса птицы	90	15,04	9	19,99	221,12
995	Пюре картофельное	150	3,26	8	25,03	185,16
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>700</b>	<b>25,53</b>	<b>24</b>	<b>108,77</b>	<b>754,12</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 250</b>	<b>44,39</b>	<b>40</b>	<b>180,32</b>	<b>1276,72</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.05.2026

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

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

### Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	12,01	8	28,34	233,4
1 330,27	Оладьи с топпингом	70	2,67	8	16,21	147,52
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>16</b>	<b>75,19</b>	<b>517,32</b>

### Обед

124,17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	17,31	120,32
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	181,4
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
512	Рис припущенный	150	3,6	4	37,05	202,4
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>725</b>	<b>23,48</b>	<b>26</b>	<b>107,46</b>	<b>760,92</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>40,59</b>	<b>42</b>	<b>182,65</b>	<b>1278,24</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

23.05.2026

## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	11,2	10	25,79	237,96
1 141,09	Печенье детское	60	4,5	6	21	156
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	19	16	81,47	550,66
<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,04	6,5	21,73	159,95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,04	Котлета Полтавская	90	11,76	9	1,58	134,36
1 126	Соус томатный	20	0,12	3	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,34	4	37,87	204,84
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>		715	23,57	24,5	102,71	711,15
<b>Итого за день</b>		1 215	42,57	40,5	184,18	1261,81