



Согласовано:

МБОУ ПМО СО "СОШ №14"

Харланов И.А.

директор



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



02.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 312	Булочка школьная	60	6,04	6	21,36	163,6
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	210	12,07	13	34,47	254,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>21,38</b>	<b>20</b>	<b>84,04</b>	<b>560,1</b>
<b>Обед</b>						
1 038	Помидоры свежие	60	0,66		2,28	14,4
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
1 699,05	Фигурки рыбные	100	14,64	21	7,23	279,1
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
512	Рис припущенный	180	4,32	5	44,46	264,5
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>28,73</b>	<b>37</b>	<b>113,85</b>	<b>940,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 375</b>	<b>50,11</b>	<b>57</b>	<b>197,89</b>	<b>1500,3</b>

Согласовано:

МБОУ ГМО СО "СОШ №14"  
Харланов И.А.

директор

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

03.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>12,53</b>	<b>11</b>	<b>85,78</b>	<b>547,6</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,02	4	5,64	63,9
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	129,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 744	Тефтели мясные	90	10,8	9		145,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	118,6
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>35</b>	<b>24</b>	<b>137,85</b>	<b>930,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 450</b>	<b>47,53</b>	<b>35</b>	<b>223,63</b>	<b>1478,1</b>

Согласовано:

МБОУ ПМО СО "СОШ №14"  
Харланов И.А.

директор



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



04.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
677,01	Плюшка Московская	80	9,36	9	25,22	219,32
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	8,95	9	31,68	195,6
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>510</b>	<b>21,58</b>	<b>19</b>	<b>85,11</b>	<b>557,02</b>
<b><u>Обед</u></b>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
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
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	19,27	9	9,31	196,7
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>33,19</b>	<b>24</b>	<b>103,28</b>	<b>776,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 365</b>	<b>54,77</b>	<b>43</b>	<b>188,39</b>	<b>1333,32</b>

Согласовано:

МБОУ ПМО СО "СОШ №14"

Харланов И.А.

директор



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



05.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	220	7,92	7	34,52	264
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>17,78</b>	<b>14</b>	<b>76,6</b>	<b>551,8</b>
<b>Обед</b>						
1 006	Огурцы соленые	60	0,48		1,02	7,8
1 019	Суп с крупой пшениной "Болна" со сметаной	250	4,1	7	18,58	155,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свининой	230	18,51	12	40,1	342,44
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>30,11</b>	<b>22</b>	<b>111,22</b>	<b>776,74</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 305</b>	<b>47,89</b>	<b>36</b>	<b>187,82</b>	<b>1328,54</b>

Согласовано:

МБОУ ПМО СО "СОШ №14"

Харданов И.А.

директор



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



06.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

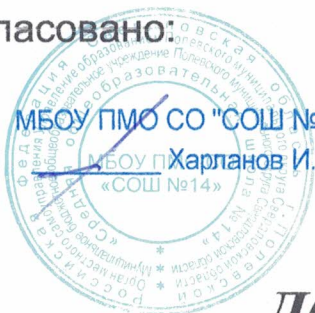
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,27	Оладьи с топшингом	70	2,67	8	16,21	147,52
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	12,42	9	26,51	235,14
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		500	18,36	18	70,93	524,76
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
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
1 025,05	Жаркое по-домашнему из свинины	230	15,08	34	28,52	403,3
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		805	25,32	43	92,7	793,6
<b>Итого за день</b>		1 305	43,68	61	163,63	1318,36

Согласовано:

МБОУ ПМО СО "СОШ №14"

Харланов И.А.

директор



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



08.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><i>Завтрак</i></b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	104
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	220	14,26	7	35,93	245,6
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>20,65</b>	<b>21</b>	<b>75,18</b>	<b>519,1</b>
<b><i>Обед</i></b>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
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	24	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	118,6
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>36,73</b>	<b>43</b>	<b>144,17</b>	<b>1088,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 355</b>	<b>57,38</b>	<b>64</b>	<b>219,35</b>	<b>1607,2</b>

Согласовано:

МБОУ ГМО СО "СОШ №14"

Харланов И.А.

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

09.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 312	Булочка школьная	60	6,04	6	21,36	163,6
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	210	7,55	8	33,38	254,7
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,86</b>	<b>15</b>	<b>82,95</b>	<b>560,4</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	5	9,14	132,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	100	17,33	17	9	378,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
390	Компот из свежих плодов	200	0,03		4,78	19,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>34,26</b>	<b>30</b>	<b>97,68</b>	<b>973,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 355</b>	<b>51,12</b>	<b>45</b>	<b>180,63</b>	<b>1534,3</b>

Согласовано:



МБОУ ПМО СО "СОШ №14"

Харланов И.А.

директор

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

10.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	12,4	10	31,67	263,6
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,83</b>	<b>13</b>	<b>82,23</b>	<b>536,5</b>
<b>Обед</b>						
16	Салат из отварного картофеля, св огурцов и моркови с маслом растительным, <i>Петший</i>	60	0,83	6	5,69	84,1
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
1 020	Плов с мясом птицы	230	14,46	13	44,54	355,9
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>25,09</b>	<b>28</b>	<b>119,51</b>	<b>850,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 305</b>	<b>43,92</b>	<b>41</b>	<b>201,74</b>	<b>1386,6</b>

Согласовано:



МБОУ ПМО СО "СОШ №14"  
Харланов И.А.

директор

Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

11.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
677,01	Плюшка Московская	80	9,36	9	25,22	219,32
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,73	6	27,06	190
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>620</b>	<b>18,8</b>	<b>16</b>	<b>91,27</b>	<b>632,12</b>
<b>Обед</b>						
1 096,01	Салат Полянка	60	0,65	6	1,53	65,3
1 016	Суп-пюре овощной	250	3,57	6	17,42	143,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 744	Тефтели мясные	90	10,8	9		145,8
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>850</b>	<b>26,1</b>	<b>29</b>	<b>104,68</b>	<b>829,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 470</b>	<b>44,9</b>	<b>45</b>	<b>195,95</b>	<b>1461,82</b>