

Согласовано: *Директор*  
*МБОУ ЛМО СО СШ №10*  
*М.В. Журавлева*

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
*О.Ю. Козырева*  
24.02.2025 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	220	5,96	6	37,22	193,6
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	9,7	51,8
Итого за Завтрак		500	15,38	12	79,98	459,4
<b>Обед</b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
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	18,27	5	3,31	136,3
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	264,6
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		775	32,89	18	95,5	755,7
Итого за день		1 275	48,27	30	175,48	1 215,1

Согласовано: *Директор*  
*МБОУ ЛМО СО СШ №10*  
*М.В. Журавлева*

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
*О.Ю. Козырева*  
25.02.2025 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,02	Сырники с яблоком @	80	8,8	9	15,93	180,8
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	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	90,76	581,8
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	21,77	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	Шницель из мяса птицы @	90	3,3	6	19,99	150,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
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	9,7	51,8
Итого за Обед		765	18,8	20	124,65	721,6
Итого за день		1 305	36,24	37	215,41	1 303,4

Согласовано: Директор

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

26.02.2025 (среда)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- лы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330.01	Блинчики @	50	2,75	3	17,75	107,9
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230	10,47	12	36,44	236,5
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>15,48</b>	<b>16</b>	<b>84,17</b>	<b>472,6</b>
<b>Обед</b>						
806.13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
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	180	3,97	10	32,61	252
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>33,09</b>	<b>43</b>	<b>97,01</b>	<b>861,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 325</b>	<b>48,57</b>	<b>59</b>	<b>181,18</b>	<b>1 334,2</b>

Согласовано: Директор

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

27.02.2025 (четверг)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- лы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	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	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>480</b>	<b>19,67</b>	<b>20</b>	<b>71,15</b>	<b>557,4</b>
<b>Обед</b>						
139.09	Суп гороховый	250	5,88	6	21,48	156,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437.06	Гуляш из мяса свинины @	100	11,21	28	3,86	240,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
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	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>775</b>	<b>30,01</b>	<b>41</b>	<b>116,11</b>	<b>869,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 255</b>	<b>49,68</b>	<b>61</b>	<b>187,26</b>	<b>1 427</b>



Согласовано: *Директор*

МБОУ "МО СОШ №20"

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

С.Ю.Козырева

28.02.2025 (пятница)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

рецептурный №	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
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		530	12,21	9	69,51	437,3

<b>Обед</b>						
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	250	5,48	6	15,3	137,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308	Котлета куриная @	90	16,41	21	0,18	182,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
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	9,7	51,8
Итого за Обед		845	37,95	46	116,67	920,9
Итого за день		1 375	50,16	55	186,18	1 358,2

Согласовано: *Директор*

МБОУ "МО СОШ №20"

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

С.Ю.Козырева

01.03.2025 (суббота)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

рецептурный №	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	2,7	4	19	148
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	13,64	16	87,77	563,7

<b>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	5	9,2	137,1
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	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		745	20,38	39	95,11	834,8
Итого за день		1 245	34,02	55	182,88	1 398,5