Согласовано: Директор
МБОУ ГМО СОШ 20
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

16.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,41	8,66	22,7	214,2
891	Омлет запеченный или паровой	100	9,41	8,67	3,26	123,1
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	0,81	22,19	103,4
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,3	14,64	72,6
	Итого за Завтрак	550	19,46	18,45	77,95	573,2
	Обед					
1 006	Огурцы соленые	60	1,48	0,06	10,68	48,6
1 039	Суп с вермишелью	250	4,42	5	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	10	2,29	2,3	0,09	23,6
1 018	Плов со свининой .	240	18,46	22,59	47,02	465,31
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,3	14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	0,99	14,55	77,7
	Итого за Обед	820	31,63	31,24	120,41	842,41
	Итого за день	1 370	51,09	49,69	198,36	1415,61

Согласовано: Директор
МБОУ ГМО СОШ 20
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

17.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	13,69	12,36	34,61	282
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
455	Булочка школьная	60	4,04	7,3	22,36	170,7
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,8	17,4	96,8
	Итого за Завтрак	550	22,01	21,46	90,37	613,3
	Обед					
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6,54	16,48	162,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308,02	Биточек куриный	100	11,74	9,96	4,41	199,7
600	Соус сметанный	20	0,34	2,09	1,35	20,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,19	7,14	58,35	341,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35	0,09	24,36	101,7
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03	0,25	12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
	Итого за Обед	805	30,81	28,05	129,32	963,5
	Итого за день	1355	52,82	49,51	219,69	1576,8

Согласовано: Директор МБОУ ПМО со "СОШ-10" Л.В. Журавлева

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

18.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	250	9,07	12,48	34,55	265,7
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	4,99	5,49	14,59	122,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	50	5,28	1,8	19,4	108,8
	Итого за Завтрак	550	19,34	19,77	84,54	560,8
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	60	1,14	0,1	12,21	53,4
1 030.2	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	8,4	17,8	114,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 744	Тефтели мясные	100	12,8	10,89		171
1 126	Соус томатный	20	0,12	1,33	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,01	5,7	37,14	262,1
932	Компот из кураги	200	0,68	0,28	27,62	68,6
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,03	0,25	12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
	Итого за Обед	865	27,76	28,93	120,3	817,5
	Итого за день	1415	47,1	48,7	204,84	1378,3

Согласовано: Директор МБОУ ПМО со "СОШ-10" Л.В. Журавлева

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

19.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,17	9,08	33,82	237,6
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
1 141.09	Печенье детское	30	5,95	8,94	7	93,6
976	Яблоки свежие	110	0,44	0,44	10,78	80,7
894.01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
	Итого за Завтрак	630	18,86	18,87	86,28	568,6
	Обед					
1 021.22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,04	1,8	35,95	129,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 026.05	Шницель из мяса птицы	100	17,3	16,26	16,99	283,34
995	Пюре картофельное	180	3,91	8,05	26,44	176,3
14 539.27	Чай с сахаром	200			16	53,8
894.01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
	Итого за Обед	800	28,77	28,49	127,07	816,24
	Итого за день	1 430	49,43	47,12	215,09	1392,44

Согласовано: Директор МБОУ ПМО СО «СОШ №20» Л.В. Журавлева

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

20.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,51	10	34,53	297,5
1 330.27	Оладьи с топпингом	70	7,08	8,4	13,79	158,6
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
894.01	Хлеб пшеничный.	30	2,43	0,3	14,64	72,6
	Итого за Завтрак	550	19,02	18,7	78,96	582,5
	Обед					
1 006	Огурцы соленые	60	1,48	0,06	10,68	48,6
124,17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,47	1,4	19,77	121,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 227	Рыба (филе) припущенная с овощами	100	13,5	16,4	10	241,6
512	Рис припущенный	180	4,32	6,8	35,46	264,5
912	Компот из свежих яблок	200	0,11	0,76	23,88	99,1
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,03	0,25	12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	0,83	12,13	64,8
	Итого за Обед	845	27,19	27,65	124,16	912,5
	Итого за день	1 395	46,21	46,35	203,12	1495

Согласовано: Директор МБОУ ПМО СО «СОШ №20» Л.В. Журавлева

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

21.11.2026

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 360 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10,7	39,74	303,3
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
1 141.09	Печенье детское	60	7,5	10,88	15	187,2
894.01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
	Итого за Завтрак	550	19,79	21,99	89,42	647,2
	Обед					
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6,33	19,28	136,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308.2	Котлета Полтавская	100	16,76	12,54	17,58	257,86
1 126	Соус томатный	20	0,12	1,33	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,01	5,7	37,14	262,1
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
894.01	Хлеб пшеничный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	0,66	9,7	51,8
	Итого за Обед	815	30,52	28,11	120,42	881,96
	Итого за день	1365	50,31	50,1	209,84	1529,16