

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"  
*Л. В. Нелюбина*



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



02.09.2024 (понедельник)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	5,61	7	34,85	226,2
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		490	11,09	17	78,82	511,2
<b><u>Обед</u></b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	13,35	25	3,88	275
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,46	255,3
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		790	30,25	38	110,3	901,5
<b>Итого за день</b>		1 280	41,34	55	189,12	1 412,7

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"  
*Л. В. Нелюбина*



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



03.09.2024 (вторник)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

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

### Завтрак

1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
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 Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>12,14</b>	<b>11</b>	<b>91,9</b>	<b>567,1</b>

### Обед

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
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	193
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
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>825</b>	<b>31,69</b>	<b>35</b>	<b>119,32</b>	<b>853,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 325</b>	<b>43,83</b>	<b>46</b>	<b>211,22</b>	<b>1 420,5</b>

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"  
*Л. В. Нелюбина*



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



04.09.2024 (среда)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

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

### Завтрак

808	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,84	9	12,15	138,3
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	250	6,78	7	42,29	220
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>525</b>	<b>12,56</b>	<b>18</b>	<b>88,84</b>	<b>524,8</b>

### Обед

1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	24,54	8	4,85	193,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>790</b>	<b>42,67</b>	<b>20</b>	<b>118,6</b>	<b>841,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 315</b>	<b>55,23</b>	<b>38</b>	<b>207,44</b>	<b>1 366,3</b>

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"  
*Л. В. Нелюбина*



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат детского питания"  
*Ю. Козырева*



05.09.2024 (четверг)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		560	11,05	11	74,92	479,8
<b><u>Обед</u></b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 081	Котлета из свинины Детская	100	4,7	9	12,51	149,2
995	Пюре картофельное	180	3,97	7	26,61	186
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		790	22,69	20	108,31	704,5
<b>Итого за день</b>		1 350	33,74	31	183,23	1 184,3

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"  
*Л.В. Нелюбина*



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



06.09.2024 (пятница)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

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

### Завтрак

1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	16,32	96,3
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	5	26,84	182
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,26</b>	<b>16</b>	<b>93,08</b>	<b>638,1</b>

### Обед

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	6	9,2	137,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 075	Плов с мясом птицы	100	7,74	4	19,42	146,6
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>605</b>	<b>15,8</b>	<b>13</b>	<b>71,67</b>	<b>509,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 105</b>	<b>39,06</b>	<b>29</b>	<b>164,75</b>	<b>1 147,4</b>

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"  
*Л. В. Нелюбина*



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



07.09.2024 (суббота)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

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

### Завтрак

1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с	200	17,71	20	47,6	291
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
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 Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>25,65</b>	<b>23</b>	<b>113,3</b>	<b>618,1</b>

### Обед

1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
907	Тефтели мясные с луком	100	14,01	14	13,84	239,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>31,31</b>	<b>32</b>	<b>113,66</b>	<b>860,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 305</b>	<b>56,96</b>	<b>55</b>	<b>226,96</b>	<b>1 478,2</b>