

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 Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		790	30,25	38	110,3	901,5
Итого за день		790	30,25	38	110,3	901,5

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 Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		825	31,69	35	119,32	853,4
Итого за день		825	31,69	35	119,32	853,4

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 Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		790	42,67	20	118,6	841,5
Итого за день		790	42,67	20	118,6	841,5

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

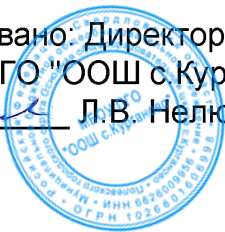


05.09.2024 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		790	22,69	20	108,31	704,5
Итого за день		790	22,69	20	108,31	704,5

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 Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- дыг	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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	200	15,48	8	38,84	293,3
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
Итого за Обед		705	23,54	17	91,09	656
Итого за день		705	23,54	17	91,09	656

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 Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
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
Итого за Обед		805	31,31	32	113,66	860,1
Итого за день		805	31,31	32	113,66	860,1