

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



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



16.09.2024 (понедельник)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,12	5	19,02	130,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22	3,49	247,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	5	40,96	212,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		700	27,1	35	110,19	813,7
<b>Итого за день</b>		700	27,1	35	110,19	813,7

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



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



17.09.2024 (вторник)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 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	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>735</b>	<b>28,62</b>	<b>32</b>	<b>118,41</b>	<b>780,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>735</b>	<b>28,62</b>	<b>32</b>	<b>118,41</b>	<b>780,4</b>

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



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



18.09.2024 (среда)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
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	90	22,09	8	4,37	174,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	43,85	240,8
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		700	38,23	19	116,77	753,8
<b>Итого за день</b>		700	38,23	19	116,77	753,8

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



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



19.09.2024 (четверг)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 081	Котлета из свинины Детская	90	4,23	8	11,26	134,3
995	Пюре картофельное	150	3,31	10	37,17	230
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		700	20,02	22	118,09	706,5
<b>Итого за день</b>		700	20,02	22	118,09	706,5

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



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



20.09.2024 (пятница)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,36	109,7
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	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		655	23,15	16	94,25	628,6
<b>Итого за день</b>		655	23,15	16	94,25	628,6

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



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



21.09.2024 (суббота)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 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	200	2,38	5	13,14	109,6
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	150	7,55	6	43,85	240,8
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	11,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>725</b>	<b>29,21</b>	<b>29</b>	<b>111</b>	<b>784,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>725</b>	<b>29,21</b>	<b>29</b>	<b>111</b>	<b>784,5</b>