

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



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

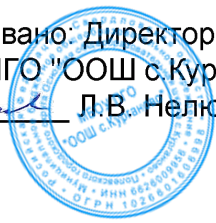


30.09.2024 (понедельник)

## 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	2,42	5	18,01	110,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
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	25,46	38	109,16	761,8
<b>Итого за день</b>		700	25,46	38	109,16	761,8

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



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



01.10.2024 (вторник)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 021	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
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	90	12	10		162
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
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>25,8</b>	<b>26</b>	<b>104,8</b>	<b>775,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>735</b>	<b>25,8</b>	<b>26</b>	<b>104,8</b>	<b>775,7</b>

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



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



02.10.2024 (среда)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 039	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
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	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	33	33	120,81	787,7
<b>Итого за день</b>		700	33	33	120,81	787,7

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



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



03.10.2024 (четверг)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
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	17,02	26	108,65	694,3
<b>Итого за день</b>		700	17,02	26	108,65	694,3

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



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

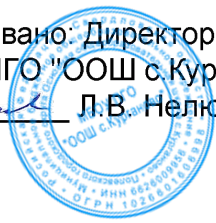


04.10.2024 (пятница)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
1 020	**Плов с мясом птицы	200	18,61	22	38,69	379,8
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	26,28	30	94,1	715,1
<b>Итого за день</b>		655	26,28	30	94,1	715,1

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



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



05.10.2024 (суббота)

## Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 058	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
1 027,15	**Тефтель мясной с рисом	100	12	10		162
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	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>		725	27,2	26	97,16	707,4
<b>Итого за день</b>		725	27,2	26	97,16	707,4