

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



Утверждаю директор
"Общества общественного питания"
Ю.Козырева



05.11.2024 (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>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,23	**Котлета Пожарская	90	12,9	10		162
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	8,63	6	54,62	283,7
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
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		801	35,55	20	128,82	815,1
Итого за день		801	35,55	20	128,82	815,1

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева



06.11.2024 (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>						
1 021	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
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19		164,6
995	Пюре картофельное	180	3,97	12	44,61	276
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
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
Итого за Обед		776	28,69	41	110,03	813,9
Итого за день		776	28,69	41	110,03	813,9

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



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

07.11.2024 (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>						
1 098	Суп из сборных овощей с зеленым горошком, со сметаной	250	1,85	4	8,01	71,9
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,21	28	3,86	240,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	6	49,16	255,3
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		791	26,71	40	109,49	788,5
Итого за день		791	26,71	40	109,49	788,5

Согласовано: Директор

МБОУ ПГО "ООШ с Курганово" ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

08.11.2024 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	75,5
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6
1 308	**Котлета куриная	90	16,41	21	0,18	182,9
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	9	52,62	289
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
Итого за Обед		871	36,52	43	124,62	909,7
Итого за день		871	36,52	43	124,62	909,7

Согласовано: Директор

МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

Л.В. Нелюбина Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева Ю.Козырева



09.11.2024 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
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
1 018	**Плов со свининой	200	12,76	24	46,92	469,7
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	35	3,75	2	18,73	95,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
Итого за Обед		771	22,84	41	111	901,9
Итого за день		771	22,84	41	111	901,9