

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



09.12.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

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

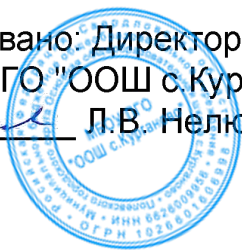
Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 6 | 6,36 | 99,3 |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 220 | 5,61 | 7 | 34,85 | 226,2 |
| 483 | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 15,02 | 15 | 83,87 | 511,9 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200 | 3,02 | 5 | 20,18 | 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 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 701 | 26,07 | 38 | 111,36 | 762 |
| Итого за день | | 1 201 | 41,09 | 53 | 195,23 | 1 273,9 |

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



10.12.2024 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

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

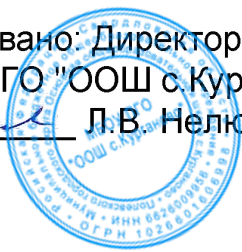
Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 40 | 2,18 | 1 | 22,13 | 103,4 |
| 1 111 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 220 | 4,62 | 9 | 28,82 | 264 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 10,64 | 12 | 89,35 | 537,8 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 6 | 6,36 | 99,3 |
| 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 | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 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 | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 746 | 29,22 | 31 | 99,3 | 813,9 |
| Итого за день | | 1 246 | 39,86 | 43 | 188,65 | 1 351,7 |

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

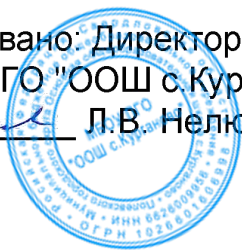


11.12.2024 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 330,01 | **Блинчики | 60 | 3,3 | 3 | 21,3 | 129,5 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | 13,5 |
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 200 | 5,42 | 6 | 33,83 | 176 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 5,35 | 27,4 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 5,85 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 10,76 | 9 | 85,61 | 432,2 |
| <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 |
| 1 022 | **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 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 701 | 33,01 | 33 | 120,84 | 787,9 |
| Итого за день | | 1 201 | 43,77 | 42 | 206,45 | 1 220,1 |

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



12.12.2024 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 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 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 560 | 11,05 | 11 | 78,95 | 479,8 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|----------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 701 | 17,02 | 26 | 108,66 | 694,4 |
| Итого за день | | 1 261 | 28,07 | 37 | 187,61 | 1 174,2 |

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



13.12.2024 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 руб

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 066,01 | **Сырники | 70 | 5,83 | 7 | 11,61 | 158,2 |
| 902 | Молоко сгущенное | 30 | 2,37 | 3 | 16,32 | 96,3 |
| 883 | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 5,75 | 5 | 28,63 | 194,1 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 17,89 | 17 | 94,96 | 615,1 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 245 | 1,87 | 6 | 9,02 | 134,4 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 020 | **Плов с мясом птицы | 210 | 19,54 | 24 | 40,62 | 398,8 |
| 483 | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 |
| 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 | | 701 | 26,5 | 33 | 92,37 | 731,6 |
| Итого за день | | 1 201 | 44,39 | 50 | 187,33 | 1 346,7 |

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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



14.12.2024 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс УПК 226 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 | 220 | 19,48 | 22 | 52,36 | 320,1 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 10,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 25,5 | 25 | 112,89 | 593,9 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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 |
| 1 027,23 | **Котлета Пожарская | 90 | 12,9 | 10 | | 162 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 30 | 0,42 | 2 | 2,02 | 23,7 |
| 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 | 15 | 1,28 | | 8,78 | 38,9 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 711 | 27,92 | 26 | 94,54 | 701,6 |
| Итого за день | | 1 211 | 53,42 | 51 | 207,43 | 1 295,5 |