



Составлено: Директор
 И.В. Нелюбина

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



20.01.2025 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 250 | 2,64 | 7 | 21,77 | 137,9 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 437,06 | **Гуляш из мяса свинины | 100 | 11,21 | 28 | 3,86 | 240,2 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,77 | 4 | 46,45 | 255,3 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 776 | 26,62 | 42 | 108,55 | 815,8 |
| Итого за день | | 776 | 26,62 | 42 | 108,55 | 815,8 |



Составлено: Директор
ФБУ ВНИИОИИ «ФНЦ С. Курганово»
И.В. Нелюбина



Утверждаю директор
«Федерального центра питания»
Ю.Козырева

21.01.2025 (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> | | | | | | |
| 806,13 | Маффин ванильный® | 40 | 5,48 | 4 | 6,36 | 99,3 |
| 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 |
| 1 027,16 | **Котлета куриная Особая | 90 | 12 | 10 | | 162 |
| 512 | Рис припущенный | 180 | 3,66 | 4 | 30,01 | 264,6 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 826 | 30,29 | 29 | 95,77 | 887,5 |
| Итого за день | | 826 | 30,29 | 29 | 95,77 | 887,5 |



Составлено: Директор
ФГОУ ПМО «ООШ с. Курганово»
И.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат детского питания"
Ю.Козырева

22.01.2025 (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 |
| 1 022 | **Птица, тушенная в соусе красном с овощами | 100 | 18,73 | 23 | 9,34 | 231,4 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 12 | 47,82 | 289 |
| 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 | 2,12 | 1 | 12,12 | 64,7 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 791 | 36,86 | 40 | 126,71 | 879,2 |
| Итого за день | | 791 | 36,86 | 40 | 126,71 | 879,2 |



Составлено: Директор
ФБОУ ПМО «ООШ с. Курганово»
И.В. Нелюбина



Утверждаю директор
«Федерального центра безопасности
питания»
Ю. Козырева

23.01.2025 (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 |
| 1 027,09 | **Шницель мясной Домашний | 90 | 1,23 | 12 | 1,82 | 122,1 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,97 | 10 | 32,61 | 252 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 781 | 19,22 | 26 | 106,63 | 743,5 |
| Итого за день | | 781 | 19,22 | 26 | 106,63 | 743,5 |



Составлено: Директор
ФГОУ ПМО «ООШ с. Курганово»
И.В. Нелюбина



Утверждаю директор
«Федерального центра безопасности питания»
Ю.Козырева

24.01.2025 (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> | | | | | | |
| 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 |
| 1 319,01 | **Шницель из мяса птицы | 90 | 3,3 | 6 | 19,99 | 150,1 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 12 | 47,82 | 289 |
| 1 126 | Соус томатный | 30 | 0,18 | 1 | 1,73 | 16,7 |
| 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 | 9,7 | 51,8 |
| 0 | Лук репчатый | 1 | | | 0,01 | 0,1 |
| Итого за Обед | | 796 | 20,6 | 29 | 122,42 | 771,2 |
| Итого за день | | 796 | 20,6 | 29 | 122,42 | 771,2 |



Составлено: Директор

«ШУ ПМФ «ООШ с. Курганово»

И.В. Нелюбина



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

25.01.2025 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- дыг | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|---------|------------|-----------|----------------|---------|
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 1,91 | 5 | 9,2 | 137,1 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 020 | **Плов с мясом птицы | 230 | 21,4 | 26 | 44,49 | 436,7 |
| 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 | 14,55 | 77,7 |
| 0 | Чеснок | 1 | 0,01 | | 0,03 | 0,2 |
| Итого за Обед | | 746 | 30,32 | 34 | 104,62 | 825,5 |
| Итого за день | | 746 | 30,32 | 34 | 104,62 | 825,5 |