

Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



06.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,41	7	22,7	180,2
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	11	3,26	152,6
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		550	20,91	20	79,36	581,3
Итого за день		550	20,91	20	79,36	581,3

Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



07.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,03	9	39,61	282
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		530	12,38	21	86,01	626,6
Итого за день		530	12,38	21	86,01	626,6

Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



08.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	250	8,41	11	35,99	276,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8

450,19	Кекс ванильный с изюмом	60	6,88	6	33,72	171,7
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		550	18,53	17	105,23	609,1
Итого за день		550	18,53	17	105,23	609,1

Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



09.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,17	8	33,82	249,6
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак		610	13,29	13	74,45	515,8
Итого за день		610	13,29	13	74,45	515,8

Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



10.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53	250,3
1 330,23	Оладьи с топпингом	70	2,86	4	6,66	77,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	1,62		9,76	48,4
Итого за Завтрак		550	11,99	13	63,95	439,6
Итого за день		545	11,99	13	63,95	439,6

Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат общественного питания"
Л.В. Нелюбина



11.10.2025

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10	39,74	303,3
1 141,09	Печенье детское	60	4,5	6	34	244,2
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9

894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		550	16,79	16	108,42	704,2
Итого за день		550	16,79	16	108,42	704,2
