

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

05.11.2025

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,13	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		715	33,82	26	110,89	806,5
Итого за день		715	33,82	26	110,89	806,5

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

06.11.2025

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	Шницель из мяса птицы	90	33,04	6	19,99	150,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		715	43,25	19	94,49	608,6
Итого за день		715	43,25	19	94,49	608,6

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

07.11.2025

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		705	28,52	19	97,1	705,3
Итого за день		705	28,52	19	97,1	705,3

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

08.11.2025

Полевской ШУ 1-4кл Обед 162 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	210	2,13	5	14,52	114,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,04	Котлета Полтавская	90	14,76	19	1,58	164,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		725	28,66	31	95,5	709,9
Итого за день		725	28,66	31	95,5	709,9