

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелобина



Утверждаю директор

«Комбинат общественного питания»

Ю.Козырева



01.12.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,81	6	20,18	160,2
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	25	2,68	1	20,83	71
Итого за Завтрак		525	19,78	19	81,62	547,1

Обед

1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 039	Суп с вермишелью	200	3,54	4	13,95	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свининой	230	18,51	42	56,1	588,2
14 539,27	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8
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		686	27,57	48	100,95	833
Итого за день		1 211	47,35	67	182,57	1 380,1

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелобина



Утверждаю директор

«Комбинат общественного питания»

Ю.Козырева



02.12.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,18	6	34,85	215,2
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			500	11,53	18	81,25
						559,8

Обед

1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
1 308,02	Биточек куриный	90	16,74	18		191,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед			701	31,57	31	100,04
						756,6
Итого за день			1 201	43,1	49	181,29
						1 316,4

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелобина



Утверждаю директор

«Комбинат общественного питания»

Ю.Козырева



03.12.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидккая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
450,05	Маффин ванильный	60	6,21	6	44,16	259,5
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		500	16,18	15	108,47	641,5

Обед

1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3
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	4	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		706	31,45	29	119,67	847,7
Итого за день		1 206	47,63	44	228,14	1 489,2

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелобина



Утверждаю директор

«Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб



Ю.Козырева

04.12.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидккая с маслом сливочным	200	5,73	6	27,06	190
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	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		550	11,81	11	66,71	448,9

Обед

1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
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	4	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.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		706	42,41	22	89,63	583,6
Итого за день		1 256	54,22	33	156,34	1 032,5

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелобина



Утверждаю директор

«Комбинат общественного питания»

Ю.Козырева



05.12.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23	200,2
1 330,23	Оладьи с топпингом	70	2,67	3	6,21	71,9
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Завтрак		490	10,3	10	57,2	384,3

Обед

1 844	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
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 припущеный	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	20,83	71
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		706	28,53	19	104,58	705,5
Итого за день		1 196	38,83	29	161,78	1 089,8

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелобина



Утверждаю директор

«Комбинат общественного питания»

Ю.Козырева



06.12.2025

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 287 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

883	Каша пшенная молочная жидккая с маслом сливочным	200	7,19	8	31,79	242,6
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		500	14,99	14	100,47	643,5

Обед

1 813	Лук репчатый (порциями)	1			0,01	0,1
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,03	5	13,82	109,3
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	4	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.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		706	27,72	34	89,94	679,4
Итого за день		1 206	42,71	48	190,41	1 322,9