

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

02.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 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 | 3 | 22,58 | 141,6 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 1 027,13 | Котлета Деревенская | 90 | 14,69 | 12 | 8,5 | 199,9 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,61 | 5 | 45,44 | 262,1 |
| 1 242 | Морс ягодный | 200 | 0,24 | | 27,7 | 114,3 |
| 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 | | 780 | 35,71 | 21 | 136,36 | 883,2 |
| Итого за день | | 780 | 35,71 | 21 | 136,36 | 883,2 |

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

Ю.Козырева

03.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 175 | Рассольник домашний со сметаной | 250 | 2,27 | 6 | 13,85 | 120,9 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 020 | Плов с мясом птицы | 250 | 15,72 | 15 | 48,42 | 386,8 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,35 | | 24,36 | 101,7 |
| 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 | | 755 | 23,65 | 23 | 111 | 746,5 |
| Итого за день | | 755 | 23,65 | 23 | 111 | 746,5 |

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

04.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 021 | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250 | 1,91 | 7 | 13,68 | 124,4 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 237 | Птица запеченная | 100 | 22,98 | 39 | 1,22 | 378,8 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,91 | 6 | 26,44 | 176,3 |
| 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 | | 785 | 34,11 | 54 | 81,71 | 880,4 |
| Итого за день | | 785 | 34,11 | 54 | 81,71 | 880,4 |

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

05.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 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 | 2,54 | 6 | 17,28 | 136,7 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 308,02 | Биточек куриный | 90 | 16,74 | 18 | 4,41 | 191,7 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,12 | 4 | 1,16 | 11,1 |
| 512 | Рис припущенный | 180 | 4,32 | 7 | 44,46 | 264,5 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | | 27,62 | 128,6 |
| 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 | | 795 | 29,71 | 37 | 119,3 | 869,7 |
| Итого за день | | 795 | 29,71 | 37 | 119,3 | 869,7 |

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

06.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|-------------------------------------|------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| Обед | | | | | | |
| 1 015 | Суп-лапша на курином бульоне | 250 | 5,48 | 6 | 15,3 | 137,6 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины | 100 | 11,17 | 28 | 3,61 | 236,3 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 11,19 | 7 | 58,35 | 341,5 |
| 932 | Компот из кураги | 200 | 0,16 | | 4,52 | 20,2 |
| 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 | | 785 | 33,31 | 43 | 106,15 | 872,7 |
| Итого за день | | 785 | 33,31 | 43 | 106,15 | 872,7 |

Утверждаю директор

МБОУ ПМО «ООШ с.Курганово» ООО "Комбинат

Л.В. Нелюбина

Утверждаю директор

«Общественного питания»

О.Ю.Козырева

07.02.2026

Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 50 | 0,6 | 7 | 3,7 | 48,5 |
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 1,9 | 6 | 9,14 | 132,5 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 027,6 | Котлета Московская | 90 | 12 | 10 | 10,35 | 162 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,12 | 4 | 1,16 | 11,1 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,61 | 5 | 45,44 | 262,1 |
| 912 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,11 | | 23,88 | 99,1 |
| 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 | | 845 | 27,65 | 34 | 118,04 | 852,4 |
| Итого за день | | 845 | 27,65 | 34 | 118,04 | 852,4 |

