

Утверждаю директор

МБОУ ГМО «ООШ с.Курганово»

П.В. Нелюбина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



20.04.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53	297,5
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	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		520	12,15	10	83,52	533,4
<b><u>Обед</u></b>						
1 039	Суп с вермишелью	250	4,42	5	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свиной	250	20,12	46	60,98	639,3
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
<b>Итого за Обед</b>		735	28,24	49	113,9	941
<b>Итого за день</b>		1 255	40,39	59	197,42	1474,4

Утверждаю директор

МБОУ ГМО «ООШ с.Курганово»

П.В. Нелюбина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



21.04.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	11,19	11	39,61	244,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
455	Булочка школьная	60	11,04	4	72,36	372,2
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,47</b>	<b>15</b>	<b>147,49</b>	<b>777,3</b>
<b><u>Обед</u></b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 308,17	Биточек куриный.	90	16,74	18	4,41	191,7
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,95	6	51,86	303,6
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>775</b>	<b>37,42</b>	<b>33</b>	<b>127,79</b>	<b>909,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 325</b>	<b>62,37</b>	<b>48</b>	<b>275,28</b>	<b>1 686,8</b>

Утверждаю директор

МБОУ ГМО «ООШ с.Курганово»

П.В. Нелюбина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



22.04.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>13,76</b>	<b>23</b>	<b>82,39</b>	<b>621,4</b>

### **Обед**

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4
1 030,2	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 744	Тефтели мясные	80	10,2	8		137,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,76	5	40,39	233
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>825</b>	<b>26,68</b>	<b>28</b>	<b>116,81</b>	<b>840,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 355</b>	<b>40,44</b>	<b>51</b>	<b>199,2</b>	<b>1461,5</b>

Утверждаю директор

МБОУ ГМО «ООШ с.Курганово»

П.В. Нелюбина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



23.04.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,1	8,75	32,75	316,9
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	8,58	6	20,71	168,3
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>600</b>	<b>13,36</b>	<b>14,75</b>	<b>65,85</b>	<b>625</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 021,22	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,8	6,25	13,75	249,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 026,05	Шницель из мяса птицы	90	33,04	6	19,99	250,1
995	Пюре картофельное	160	4,26	6	27,03	197
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>755</b>	<b>43,53</b>	<b>18</b>	<b>95,77</b>	<b>909,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 355</b>	<b>56,99</b>	<b>33</b>	<b>171,01</b>	<b>1535,36</b>

Утверждаю директор

МБОУ ГМО «ООШ с.Курганово»

П.В. Нелюбина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



24.04.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53	297,5
1 330,27	Оладьи с топпингом	70	2,67	3	6,21	171,9
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>12,61</b>	<b>12</b>	<b>68,38</b>	<b>605,8</b>
<b><u>Обед</u></b>						
124,17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	4,52	6	11,81	195
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
866	Суфле из печени	100	12,6	13	3,5	233,4
512	Рис припущенный	160	3,6	6	37,05	220,04
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>23,79</b>	<b>27</b>	<b>103,84</b>	<b>892,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 315</b>	<b>37,02</b>	<b>40</b>	<b>176,52</b>	<b>1497,9</b>

Утверждаю директор

МБОУ ГМО «ООШ с.Курганово»

П.В. Нелюбина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



25.04.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10	39,74	303,3
1 141,09	Печенье детское	60	4,5	19	34	332,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>16,51</b>	<b>29</b>	<b>109,48</b>	<b>792,4</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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
1 308,2	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	160	6,76	5	40,39	233
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>775</b>	<b>29,49</b>	<b>36</b>	<b>100,78</b>	<b>746,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 325</b>	<b>46</b>	<b>65</b>	<b>210,26</b>	<b>1538,7</b>