

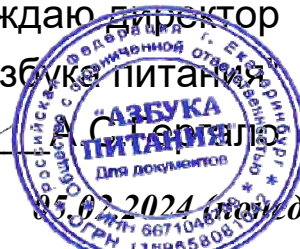
Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

*Л. В. Нелюбина*  
Л. В. Нелюбина



Утверждаю Директор  
ООО "Азбука питания"

*Л. В. Нелюбина*  
Л. В. Нелюбина  
25.07.2024 (подпись)



## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 252 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
810	Бутерброд с сыром	30	7,5	5	24,62	176,7
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>480</b>	<b>17,78</b>	<b>15</b>	<b>91,25</b>	<b>581,3</b>
<b><u>Обед</u></b>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	158
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>771</b>	<b>34,7</b>	<b>17</b>	<b>107,98</b>	<b>774,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 251</b>	<b>52,48</b>	<b>32</b>	<b>199,23</b>	<b>1 356,1</b>

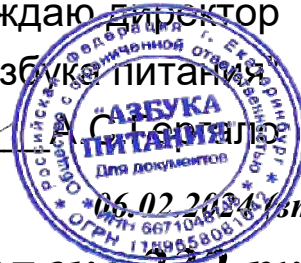
Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

 Л.В. Нелюбина



Утверждаю Директор  
ООО "Азбука питания"





06.02.2024 (вторник)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

### Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	200	7,51	7	41,1	263,3
1 066,01	**Сырники	70	7,7	7	13,94	158,2
902	Молоко сгущеное	30	2,37	3	16,32	96,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>20,01</b>	<b>17</b>	<b>100,97</b>	<b>650,3</b>

### Обед


0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	220	13,36	31	27,28	438,1
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	45	3,65		21,96	108,9
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
948	Шаньга со сметаной	70	6,12	4	31,12	146,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>831</b>	<b>31,6</b>	<b>44</b>	<b>129,62</b>	<b>1 017,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 361</b>	<b>51,61</b>	<b>61</b>	<b>230,59</b>	<b>1 667,6</b>

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

 Л.В. Нелюбина



Утверждаю Директор  
ООО "Азбука питания"





07.02.2024 (среда)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 252 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

### Завтрак

1 141	Печенье детское (конд изд)	70	5,25	7	52,08	284,9
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
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>		<b>500</b>	<b>15,53</b>	<b>14</b>	<b>137,83</b>	<b>671,7</b>

### Обед


0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 024	Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью	100	1,6	5	10,09	93,9
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	250	4,65	3	19,88	127,1
1 024	**Гуляш из мяса птицы	100	18,82	7	6,59	255,4
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>871</b>	<b>32,8</b>	<b>22</b>	<b>108,83</b>	<b>869,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 371</b>	<b>48,33</b>	<b>36</b>	<b>246,66</b>	<b>1 541,3</b>

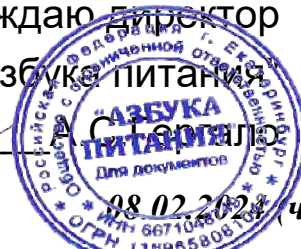
Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

 Л.В. Нелюбина



Утверждаю Директор  
ООО "Азбука питания"





## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 252 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	280	11,86	11	61,51	428,5
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>17,08</b>	<b>17</b>	<b>108,41</b>	<b>698,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89	201,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73	105,2
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
445	Гребешок с повидлом	70	5,38	2	46,68	224,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>866</b>	<b>33,48</b>	<b>25</b>	<b>171,47</b>	<b>1 080,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 416</b>	<b>50,56</b>	<b>42</b>	<b>279,88</b>	<b>1 778,9</b>

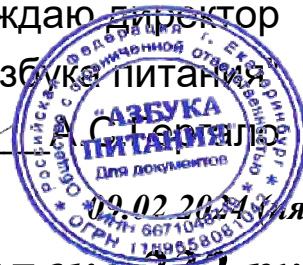
Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

*Л. В. Нелюбина*  
Л. В. Нелюбина



Утверждаю Директор  
ООО "Азбука питания"

*Л. В. Нелюбина*  
Л. В. Нелюбина  
09.02.2024 (пятница)



## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
810	Бутерброд с сыром	30	7,5	5	24,62	176,7
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,79	3	28,83	214,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>15,39</b>	<b>8</b>	<b>89,94</b>	<b>555,6</b>
<b><u>Обед</u></b>						
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
907	Тефтели мясные с луком	100	14,01	14	13,84	239,1
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
1 000	Каша перловая рассыпчатая	180	5,63	6	40,17	239,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
941	Сдоба обыкновенная	75	7,1	3	44,37	222,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>881</b>	<b>34,62</b>	<b>30</b>	<b>168,27</b>	<b>1 087,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 431</b>	<b>50,01</b>	<b>38</b>	<b>258,21</b>	<b>1 643,2</b>

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

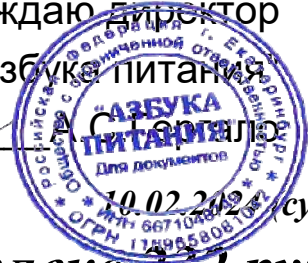
 Л.В. Нелюбина



Утверждаю Директор

ООО "Азбука питания"

  
10.02.2024 (суббота)



## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 252 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 027	**Котлета Домашняя	50	6,67	5		90
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
678,01	Бисквит яблочный	80	4,02	6	22,23	139,3
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>19,61</b>	<b>18</b>	<b>91,81</b>	<b>617,8</b>
<b><u>Обед</u></b>						
817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28	128
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	6	10,11	105,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски	100	16,57	13	10,49	255,2
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>33,41</b>	<b>39</b>	<b>119,78</b>	<b>1 004,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 445</b>	<b>53,02</b>	<b>57</b>	<b>211,59</b>	<b>1 622,2</b>