

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



08.04.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,12	5	15,02	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		715	23,14	37	113,49	920,7
Итого за день		715	23,14	37	113,49	920,7

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



09.04.2024 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	90	12	10		162
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	27,77	23	97,17	739,1
Итого за день		700	27,77	23	97,17	739,1

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



10.04.2024 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	8,41	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	30,37	31	112,37	812,3
Итого за день		700	30,37	31	112,37	812,3

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



11.04.2024 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 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	1,65	5	8,08	84,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,03	**Шницель рубленый мясной	90	13,63	14	2,02	135,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	24,42	26	81,69	615,1
Итого за день		700	24,42	26	81,69	615,1

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



12.04.2024 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19		164,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	34,38	28	115,89	793,8
Итого за день		700	34,38	28	115,89	793,8

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.04.2024 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,15	**Тефтель мясной с рисом	100	12	10		162
999	Капуста тушеная	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		725	26	22	77,94	648,1
Итого за день		725	26	22	77,94	648,1

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



15.04.2024 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	125,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	16,45	5	2,98	122,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		705	33,66	16	111,04	746,2
Итого за день		705	33,66	16	111,04	746,2

Согласовано: Директор

МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"

Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



16.04.2024 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	220	3,33	7	15,26	129,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	200	12,15	28	24,8	398,3
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Обед		700	22,97	37	89,35	788,5
Итого за день		700	22,97	37	89,35	788,5

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



17.04.2024 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	200	3,72	2	15,91	101,7
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19		164,6
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		700	27,22	27	92,88	680
Итого за день		700	27,22	27	92,88	680

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



18.04.2024 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4
1 018	**Плов со свининой	250	15,95	29	58,65	587,1
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73	105,2
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	24,72	34	120,12	943,1
Итого за день		700	24,72	34	120,12	943,1

Согласовано: Директор
МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"
Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



19.04.2024 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,14	2	16,6	97,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
907	Тефтели мясные с луком	90	12,61	13	12,46	215,2
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
1 000	Каша перловая рассыпчатая	150	4,69	5	33,48	199,9
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
Итого за Обед		715	24,8	24	108,72	768,5
Итого за день		715	24,8	24	108,72	768,5

Согласовано: Директор

МБОУ ПГО "ООШ с.Курганово"

 Л.В. Нелюбина



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

 С.Ю. Козырева



20.04.2024 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 123 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски	90	14,92	11	9,44	229,7
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
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
Итого за Обед		705	28,89	25	100,55	781,6
Итого за день		705	28,89	25	100,55	781,6