

Согласовано: Директор  
МБОУ ПГО "ООШ с Курганово" ООО "Комбинат

*Л. В. Нелюбина*



Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"  
*Ю. Козырева*

08.04.2024 (понедельник)

## **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>						
693	Батон	20	1,5	1	10,28	52,4
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200	8,62	8	49,88	304,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>570</b>	<b>13,09</b>	<b>9</b>	<b>101,72</b>	<b>545,4</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,41	28	4,07	310,3
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
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>775</b>	<b>22,99</b>	<b>41</b>	<b>110,64</b>	<b>951,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 345</b>	<b>36,08</b>	<b>50</b>	<b>212,36</b>	<b>1 496,7</b>

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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат детского питания"  
*Ю. Козырева*



09.04.2024 (вторник)

## *Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб*

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

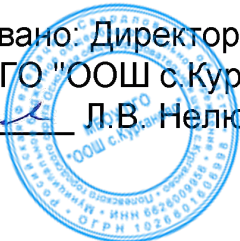
### Завтрак

1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,13	1	14,59	113,1
891	Омлет запеченный или паровой	200	20,46	24	3,7	314,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>27,53</b>	<b>26</b>	<b>61,28</b>	<b>635,9</b>

### Обед

1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	100	13,33	11		180
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
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>775</b>	<b>29,98</b>	<b>27</b>	<b>101,01</b>	<b>796,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 275</b>	<b>57,51</b>	<b>53</b>	<b>162,29</b>	<b>1 432,3</b>

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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат детского питания"  
*Ю. Козырева*



10.04.2024 (среда)

## 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	3,36	2	12,33	84
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	280	10,47	8	37,96	263,1
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>17,17</b>	<b>10</b>	<b>82,78</b>	<b>503,8</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	23	9,34	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
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>780</b>	<b>33,12</b>	<b>35</b>	<b>118,78</b>	<b>884,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 330</b>	<b>50,29</b>	<b>45</b>	<b>201,56</b>	<b>1 388,6</b>

Согласовано: Директор

МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

*Л. В. Нелюбина*



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

*Ю. Козырева*



11.04.2024 (четверг)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

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

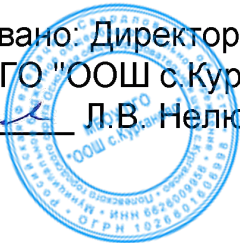
### Завтрак

819,02	Горошек зеленый отварной	50	1,49	3	3,13	41,7
1 020	**Плов с мясом птицы	230	21,4	26	44,49	436,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>28,74</b>	<b>30</b>	<b>95,05</b>	<b>712,8</b>

### Обед

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
1 027,03	**Шницель рубленый мясной	100	15,14	15	2,25	150,7
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
390	Компот из свежих плодов	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>775</b>	<b>25,78</b>	<b>29</b>	<b>81,05</b>	<b>644,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 325</b>	<b>54,52</b>	<b>59</b>	<b>176,1</b>	<b>1 357,2</b>

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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат детского питания"  
*Ю. Козырева*



12.04.2024 (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>						
334	Макаронные изделия запеченные с	250	22,14	17	59,5	363,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>28,32</b>	<b>22</b>	<b>115,28</b>	<b>699,8</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 308,02	**Биточек куриный	100	16,41	21		182,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
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>780</b>	<b>38,26</b>	<b>31</b>	<b>123,41</b>	<b>863,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 310</b>	<b>66,58</b>	<b>53</b>	<b>238,69</b>	<b>1 563</b>

Согласовано: Директор

МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

*Л. В. Нелюбина*



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

*Ю. Козырева*



13.04.2024 (суббота)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

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

### Завтрак

1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,6	1	10,94	84,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
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>570</b>	<b>13,97</b>	<b>9</b>	<b>78,87</b>	<b>579,6</b>

### Обед

1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,19	4	20,68	138,3
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	180	4,3	8	17,09	153,6
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
449,07	Кралька домашняя	60	5,6	8	38,34	244,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>30,68</b>	<b>32</b>	<b>109,26</b>	<b>871,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 405</b>	<b>44,65</b>	<b>41</b>	<b>188,13</b>	<b>1 451,1</b>

Согласовано: Директор

МБОУ ПГО "ООШ с Курганово"

*Л. В. Нелюбина*



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

*Ю. Козырева*



15.04.2024 (понедельник)

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 232 руб

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

### Завтрак

810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>480</b>	<b>13,64</b>	<b>12</b>	<b>76,96</b>	<b>488,6</b>

### Обед

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
1 296,01	**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>775</b>	<b>36,18</b>	<b>19</b>	<b>113,74</b>	<b>785,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 255</b>	<b>49,82</b>	<b>31</b>	<b>190,7</b>	<b>1 273,7</b>



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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
*Ю. Козырева*



16.04.2024 (вторник)

## 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>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	200	7,51	7	41,1	263,3
1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61	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>18,14</b>	<b>17</b>	<b>98,64</b>	<b>650,3</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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	200	12,15	28	24,8	398,3
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>24,26</b>	<b>37</b>	<b>95,99</b>	<b>831,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 270</b>	<b>42,4</b>	<b>54</b>	<b>194,63</b>	<b>1 481,5</b>



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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат детского питания"  
*Ю. Козырева*



17.04.2024 (среда)

## 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>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	70	5,25	7	36,63	284,9
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,1	6	31,68	205,6
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>12,84</b>	<b>13</b>	<b>98,11</b>	<b>623</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	250	4,65	3	19,88	127,1
1 308,02	**Биточек куриный	100	16,41	21		182,9
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>770</b>	<b>28,79</b>	<b>31</b>	<b>92,14</b>	<b>703,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 270</b>	<b>41,63</b>	<b>44</b>	<b>190,25</b>	<b>1 326,1</b>

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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат детского питания"  
*Ю. Козырева*



18.04.2024 (четверг)

## **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>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	280	12,07	11	69,84	425,8
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>17,29</b>	<b>17</b>	<b>114,74</b>	<b>695,8</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	158
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	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>810</b>	<b>30,4</b>	<b>37</b>	<b>165,07</b>	<b>1 175,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 360</b>	<b>47,69</b>	<b>54</b>	<b>279,81</b>	<b>1 871,1</b>

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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
*Ю. Козырева*



19.04.2024 (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	3,36	2	12,33	84
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>11,25</b>	<b>5</b>	<b>77,65</b>	<b>462,9</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,67	3	20,74	121,4
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>880</b>	<b>34,77</b>	<b>30</b>	<b>165,3</b>	<b>1 078,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 430</b>	<b>46,02</b>	<b>35</b>	<b>242,95</b>	<b>1 541,7</b>

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



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
*Ю. Козырева*



20.04.2024 (суббота)

## 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>						
1 027	**Котлета Домашняя	70	9,33	8		126
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>570</b>	<b>22,27</b>	<b>21</b>	<b>91,81</b>	<b>653,8</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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>795</b>	<b>32,46</b>	<b>29</b>	<b>111,5</b>	<b>876,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 365</b>	<b>54,73</b>	<b>50</b>	<b>203,31</b>	<b>1 530,2</b>