

Согласовано: *Л*

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



18.05.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u>          |   |              |              |           |               |                |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250          | 15,01        | 11        | 33,34         | 292,4          |
| 815                     | Бутерброд с маслом и повидлом                     | 50           | 3            | 8         | 13,19         | 136,76         |
| 686                     | Чай с лимоном                                     | 200          | 0,06         |           | 15,16         | 59,9           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный                                    | 30           | 2,43         |           | 14,64         | 72,6           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 20           | 1,7          | 1         | 9,7           | 51,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>550</b>   | <b>22,2</b>  | <b>20</b> | <b>86,03</b>  | <b>613,46</b>  |
| <u>Обед</u>             |   |              |              |           |               |                |
| 1 039                   | Суп с вермишелью                                  | 250          | 4,42         | 5         | 17,43         | 132,4          |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 018                   | Плов со свиной                                    | 280          | 20,12        | 22        | 50,4          | 480,08         |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                     | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                   | 40           | 3,24         |           | 19,52         | 96,8           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 25           | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | <b>800</b>   | <b>31,06</b> | <b>29</b> | <b>115,52</b> | <b>849,68</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1 350</b> | <b>53,26</b> | <b>49</b> | <b>201,55</b> | <b>1463,14</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

19.05.2026

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

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г     | Белки г      | Жиры г    | Углево-дыг    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---|-------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |   |             |              |           |               |                |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250         | 11,19        | 13        | 37,61         | 312,2          |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200         |              |           | 16            | 63,8           |
| 455                     | Булочка школьная                                | 60          | 6,04         | 6         | 21,36         | 163,6          |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40          | 3,24         |           | 19,52         | 96,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>550</b>  | <b>20,47</b> | <b>19</b> | <b>94,49</b>  | <b>636,4</b>   |
| <b>Обед</b>             |   |             |              |           |               |                |
| 139                     | Суп картофельный с бобовыми                     | 250         | 5,88         | 6         | 21,48         | 166,6          |
| 1 308,17                | Биточек куриный.                                | 100         | 13,74        | 12        | 4,41          | 180,6          |
| 600                     | Соус сметанный                                  | 20          | 0,34         | 2         | 1,35          | 20,6           |
| 998                     | Каша гречневая рассыпчатая                      | 180         | 6,95         | 7         | 51,86         | 298,24         |
| 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>800</b>  | <b>31,42</b> | <b>28</b> | <b>127,79</b> | <b>893,04</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1350</b> | <b>51,89</b> | <b>47</b> | <b>222,28</b> | <b>1529,44</b> |

Согласовано: *Г. М.*

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю. Козырева

20.05.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

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

### Завтрак

|                         |  |            |              |           |              |               |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|---------------|
| 850                     | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250        | 12,4         | 11        | 35,99        | 292,8         |
| 1 188                   | Чай с сахаром  | 200        |              |           | 16           | 63,8          |
| 808                     | Бутерброд с маслом сливочным                             | 40         | 2,11         | 8         | 10,88        | 123,96        |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.  | 30         | 2,43         |           | 14,64        | 72,6          |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.   | 30         | 2,33         | 1         | 14,2         | 75,12         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | <b>550</b> | <b>19,27</b> | <b>20</b> | <b>91,71</b> | <b>628,28</b> |

### Обед

|                      |   |             |              |           |               |                |
|----------------------|---|-------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 992                  | Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье | 100         | 1,36         | 5         | 11,53         | 96,56          |
| 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                                    | 100         | 10,6         | 8         |               | 172,7          |
| 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          |
| 705                  | Напиток из плодов шиповника                       | 200         | 0,68         |           | 27,62         | 113,2          |
| 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>905</b>  | <b>28,38</b> | <b>30</b> | <b>127,92</b> | <b>931,96</b>  |
| <b>Итого за день</b> |   | <b>1455</b> | <b>47,65</b> | <b>50</b> | <b>219,63</b> | <b>1560,24</b> |

Согласовано: 

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



21.05.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

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

### Завтрак

|                         |   |            |              |           |             |               |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|-------------|---------------|
| 1 111                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250        | 12,21        | 11        | 39,75       | 306,84        |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200        | 0,06         |           | 15,16       | 59,9          |
| 810                     | Бутерброд с сыром                               | 40         | 8,58         | 8         | 17,71       | 168,3         |
| 976                     | Яблоки свежие                                   | 110        | 0,44         |           | 10,78       | 80,7          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>600</b> | <b>21,29</b> | <b>19</b> | <b>83,4</b> | <b>615,74</b> |

### Обед

|                      |  |              |              |           |               |                |
|----------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 021,22             | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250          | 3,8          | 8         | 23,75         | 182,2          |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 319,01             | Шницель из мяса птицы                  | 100          | 17,04        | 9         | 19,99         | 229,12         |
| 995                  | Пюре картофельное                      | 180          | 3,91         | 9         | 29,44         | 214,4          |
| 1 188                | Чай с сахаром                          | 200          |              |           | 16            | 63,8           |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                        | 35           | 2,43         |           | 16,64         | 80,6           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                           | 30           | 2,33         | 1         | 14,2          | 75,12          |
| <b>Итого за Обед</b> |  | <b>800</b>   | <b>30,66</b> | <b>28</b> | <b>120,06</b> | <b>857,04</b>  |
| <b>Итого за день</b> |  | <b>1 400</b> | <b>51,95</b> | <b>47</b> | <b>203,46</b> | <b>1472,78</b> |

Согласовано: 

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



22.05.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|

### Завтрак

|                         |   |            |              |           |              |               |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|---------------|
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250        | 15,01        | 11        | 33,34        | 292,4         |
| 1 330,23                | Оладьи с топпингом                                | 70         | 2,67         | 8         | 16,21        | 147,52        |
| 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>20,11</b> | <b>19</b> | <b>80,19</b> | <b>576,32</b> |

### Обед

|                      |   |             |              |           |               |                |
|----------------------|---|-------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 124                  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250         | 4,52         | 7         | 21,81         | 168,32         |
| 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           | 181,4          |
| 600                  | Соус сметанный                                | 20          | 0,34         | 2         | 1,35          | 20,6           |
| 512                  | Рис припущенный                               | 180         | 4,6          | 6         | 41,05         | 236,6          |
| 912                  | Компот из свежих яблок                        | 200         | 0,11         |           | 23,88         | 99,01          |
| 894,01               | Хлеб пшеничный                                | 35          | 2,43         |           | 16,64         | 80,6           |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                                  | 30          | 2,33         | 1         | 14,2          | 75,12          |
| <b>Итого за Обед</b> |   | <b>820</b>  | <b>28,08</b> | <b>30</b> | <b>122,47</b> | <b>873,54</b>  |
| <b>Итого за день</b> |   | <b>1370</b> | <b>48,19</b> | <b>49</b> | <b>202,66</b> | <b>1449,86</b> |

Согласовано:

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



23.05.2026

## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 327 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u>          |   |              |              |           |               |                |
| 883                     | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250          | 13,99        | 13        | 38,74         | 327,92         |
| 1 141,09                | Печенье детское                                   | 60           | 4,5          | 6         | 21            | 156            |
| 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>21,79</b> | <b>19</b> | <b>94,42</b>  | <b>640,62</b>  |
| <u>Обед</u>             |   |              |              |           |               |                |
| 1 058                   | Суп Крестьянский с крупой, сметаной               | 250          | 2,54         | 7         | 27,28         | 182,28         |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 308,2                 | Котлета Полтавская                                | 100          | 12,54        | 11        | 3,58          | 163,48         |
| 1 126                   | Соус томатный                                     | 20           | 0,12         | 3         | 1,16          | 11,1           |
| 516                     | Макаронные изделия отварные с маслом              | 180          | 7,61         | 5         | 45,44         | 262,1          |
| 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>805</b>   | <b>28,12</b> | <b>28</b> | <b>117,83</b> | <b>819,86</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1 355</b> | <b>49,91</b> | <b>47</b> | <b>212,25</b> | <b>1460,48</b> |

Согласовано: 

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



18.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>          |   |         |            |           |                 |         |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 15,01      | 11        | 33,34           | 292,4   |
| 815                     | Бутерброд с маслом и повидлом                     | 50      | 3          | 8         | 13,19           | 136,76  |
| 686                     | Чай с лимоном                                     | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный                                    | 30      | 2,43       |           | 14,64           | 72,6    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                      | 20      | 1,7        | 1         | 9,7             | 51,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 550     | 22,2       | 20        | 86,03           | 613,46  |
| <b>Итого за день</b>    |   | 550     | 22,2       | 20        | 86,03           | 613,46  |

Согласовано: 


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



19.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <u>Завтрак</u>          |   |         |            |           |                 |         |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 11,19      | 13        | 37,61           | 312,2   |
| 1 188                   | Чай с сахаром                                   | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 455                     | Булочка школьная                                | 60      | 6,04       | 6         | 21,36           | 163,6   |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                 | 40      | 3,24       |           | 19,52           | 96,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 550     | 20,47      | 19        | 94,49           | 636,4   |
| <b>Итого за день</b>    |   | 550     | 20,47      | 19        | 94,49           | 636,4   |

Согласовано: 


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



20.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| № рецептуры             | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Завтрак</u>          |  |         |         |        |            |         |
| 850                     | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250     | 12,4    | 11     | 35,99      | 292,8   |
| 1 188                   | Чай с сахаром  | 200     |         |        | 16         | 63,8    |
| 808                     | Бутерброд с маслом сливочным                             | 40      | 2,11    | 8      | 10,88      | 123,96  |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.  | 30      | 2,43    |        | 14,64      | 72,6    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.   | 30      | 2,33    | 1      | 14,2       | 75,12   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | 550     | 19,27   | 20     | 91,71      | 628,28  |
| <b>Итого за день</b>    |  | 550     | 19,27   | 20     | 91,71      | 628,28  |

Согласовано: 

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



21.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Завтрак</u>          |   |         |         |        |            |         |
| 1 111                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 12,21   | 11     | 39,75      | 306,84  |
| 686                     | Чай с лимоном                                   | 200     | 0,06    |        | 15,16      | 59,9    |
| 810                     | Бутерброд с сыром                               | 40      | 8,58    | 8      | 17,71      | 168,3   |
| 976                     | Яблоки свежие                                   | 110     | 0,44    |        | 10,78      | 80,7    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | 600     | 21,29   | 19     | 83,4       | 615,74  |
| <b>Итого за день</b>    |   | 600     | 21,29   | 19     | 83,4       | 615,74  |

Согласовано: 

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



22.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Завтрак</u>          |   |         |         |        |            |         |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 15,01   | 11     | 33,34      | 292,4   |
| 1 330,23                | Оладьи с топпингом                                | 70      | 2,67    | 8      | 16,21      | 147,52  |
| 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> |   | 550     | 20,11   | 19     | 80,19      | 576,32  |
| <b>Итого за день</b>    |   | 550     | 20,11   | 19     | 80,19      | 576,32  |

Согласовано: 

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



23.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 135 р

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Завтрак</u>          |   |         |         |        |            |         |
| 883                     | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 250     | 13,99   | 13     | 38,74      | 327,92  |
| 1 141,09                | Печенье детское                                   | 60      | 4,5     | 6      | 21         | 156     |
| 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> |   | 550     | 21,79   | 19     | 94,42      | 640,62  |
| <b>Итого за день</b>    |   | 550     | 21,79   | 19     | 94,42      | 640,62  |

Согласовано: 

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



18.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Обед</u>          |                                     |         |         |        |             |         |
| 1 039                | Суп с вермишелью                    | 250     | 4,42    | 5      | 17,43       | 132,4   |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5       | 1,15    | 1      | 0,04        | 11,8    |
| 1 018                | Плов со свиной                      | 280     | 20,12   | 22     | 50,4        | 480,08  |
| 1 188                | Чай с сахаром                       | 200     |         |        | 16          | 63,8    |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                     | 40      | 3,24    |        | 19,52       | 96,8    |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                        | 25      | 2,13    | 1      | 12,13       | 64,8    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | 800     | 31,06   | 29     | 115,52      | 849,68  |
| <b>Итого за день</b> |                                     | 800     | 31,06   | 29     | 115,52      | 849,68  |

Согласовано: 

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



19.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда          | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|-----------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Обед</u>          |                             |         |         |        |             |         |
| 139                  | Суп картофельный с бобовыми | 250     | 5,88    | 6      | 21,48       | 166,6   |
| 1 308,17             | Биточек куриный.            | 100     | 13,74   | 12     | 4,41        | 180,6   |
| 600                  | Соус сметанный              | 20      | 0,34    | 2      | 1,35        | 20,6    |
| 998                  | Каша гречневая рассыпчатая  | 180     | 6,95    | 7      | 51,86       | 298,24  |
| 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> |                             | 800     | 31,42   | 28     | 127,79      | 893,04  |
| <b>Итого за день</b> |                             | 800     | 31,42   | 28     | 127,79      | 893,04  |

Согласовано: 

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



20.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>          |   |         |         |        |            |         |
| 992                  | Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье | 100     | 1,36    | 5      | 11,53      | 96,56   |
| 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                                    | 100     | 10,6    | 8      |            | 172,7   |
| 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   |
| 705                  | Напиток из плодов шиповника                       | 200     | 0,68    |        | 27,62      | 113,2   |
| 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> |   | 905     | 28,38   | 30     | 127,92     | 931,96  |
| <b>Итого за день</b> |   | 905     | 28,38   | 30     | 127,92     | 931,96  |

Согласовано: 

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



21.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                     | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--|---------|---------|--------|------------|---------|
| <i>Обед</i>          |  |         |         |        |            |         |
| 1 021,22             | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250     | 3,8     | 8      | 23,75      | 182,2   |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)    | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 319,01             | Шницель из мяса птицы                  | 100     | 17,04   | 9      | 19,99      | 229,12  |
| 995                  | Пюре картофельное                      | 180     | 3,91    | 9      | 29,44      | 214,4   |
| 1 188                | Чай с сахаром                          | 200     |         |        | 16         | 63,8    |
| 894,01               | Хлеб пшеничный.                        | 35      | 2,43    |        | 16,64      | 80,6    |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                           | 30      | 2,33    | 1      | 14,2       | 75,12   |
| <b>Итого за Обед</b> |  | 800     | 30,66   | 28     | 120,06     | 857,04  |
| <b>Итого за день</b> |  | 800     | 30,66   | 28     | 120,06     | 857,04  |

Согласовано: 

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



22.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                            | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал       |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|---------------|---------------|
| <i>Обед</i>          |   |            |              |           |               |               |
| 124                  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250        | 4,52         | 7         | 21,81         | 168,32        |
| 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           | 181,4         |
| 600                  | Соус сметанный                                | 20         | 0,34         | 2         | 1,35          | 20,6          |
| 512                  | Рис припущенный                               | 180        | 4,6          | 6         | 41,05         | 236,6         |
| 912                  | Компот из свежих яблок                        | 200        | 0,11         |           | 23,88         | 99,01         |
| 894,01               | Хлеб пшеничный                                | 35         | 2,43         |           | 16,64         | 80,6          |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                                  | 30         | 2,33         | 1         | 14,2          | 75,12         |
| <b>Итого за Обед</b> |   | <b>820</b> | <b>28,08</b> | <b>30</b> | <b>122,47</b> | <b>873,54</b> |
| <b>Итого за день</b> |   | <b>820</b> | <b>28,08</b> | <b>30</b> | <b>122,47</b> | <b>873,54</b> |

Согласовано: 

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



23.05.2026

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 192 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  | 250        | 2,54         | 7         | 27,28         | 182,28        |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5          | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8          |
| 1 308,2              | Котлета Полтавская                   | 100        | 12,54        | 11        | 3,58          | 163,48        |
| 1 126                | Соус томатный                        | 20         | 0,12         | 3         | 1,16          | 11,1          |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 180        | 7,61         | 5         | 45,44         | 262,1         |
| 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>805</b> | <b>28,12</b> | <b>28</b> | <b>117,83</b> | <b>819,86</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>805</b> | <b>28,12</b> | <b>28</b> | <b>117,83</b> | <b>819,86</b> |