

Согласовано:



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



01.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецентуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	104
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	8	31,79	242,6
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>470</b>	<b>12,51</b>	<b>21</b>	<b>66,69</b>	<b>488,7</b>
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины	100	11,17	24	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>795</b>	<b>35,1</b>	<b>40</b>	<b>129,26</b>	<b>988,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 265</b>	<b>47,61</b>	<b>61</b>	<b>195,95</b>	<b>1 477,5</b>

Утверждено:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



02.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

Код	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
12	Булочка школьная	60	0,05		13,54	53,3
03	Макаронные изделия отварные с сыром	210	12,07	10	48,47	334,4
6	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
7	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		500	15,39	11	90,22	529,8
<b>Обед</b>						
38	Помидоры свежие	60	0,66		2,28	14,4
21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4
52	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
0,05	Фигурки рыбные	100	14,64	21	7,23	279,1
1	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
2	Рис припущенный	180	4,32	5	44,46	264,5
02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
7	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
47	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		875	28,73	37	113,85	940,2
<b>Итого за день</b>		1 375	44,12	48	204,07	1 470

гласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

03.06.2026

**ДОЛ Юность Полевской 350 руб**

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
46	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
0	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
8	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
97	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
76	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>12,53</b>	<b>11</b>	<b>85,78</b>	<b>547,6</b>
<b>Обед</b>						
29	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,02	4	5,64	63,9
49	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	129,1
3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
44	Тефтели мясные	90	10,8	9		145,8
6	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
26	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
5	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	118,6
7	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
47	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>35</b>	<b>24</b>	<b>137,85</b>	<b>930,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 450</b>	<b>47,53</b>	<b>35</b>	<b>223,63</b>	<b>1 478,1</b>

Согласовано:



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



04.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
677,01	Плюшка Московская	80	9,36	9	318,22	560
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	8,95	9	31,68	195,6
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>510</b>	<b>21,58</b>	<b>19</b>	<b>378,11</b>	<b>897,7</b>
<b><u>Обед</u></b>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
1 175	Рассольник домашний со сметаной	250	2,27	6	13,85	120,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,7
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>32,19</b>	<b>20</b>	<b>97,28</b>	<b>716,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 365</b>	<b>53,77</b>	<b>39</b>	<b>475,39</b>	<b>1 614</b>

гласовано.

утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Ю.Козырева

05.06.2026

# ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
10	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
23	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	7	31,38	240
39,27	Чай с сахаром	200			16	63,8
97	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>470</b>	<b>15,99</b>	<b>13</b>	<b>74,14</b>	<b>504,3</b>
<b><u>Обед</u></b>						
006	Огурцы соленые	60	0,48		1,02	7,8
018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	250	4,1	7	18,58	155,7
052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
018	Плов со свининой	230	18,51	42	56,1	588,2
12	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
97	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>30,11</b>	<b>52</b>	<b>127,22</b>	<b>1 022,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 275</b>	<b>46,1</b>	<b>65</b>	<b>201,36</b>	<b>1 526,8</b>

Утверждено:



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



06.06.2026

## ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ порции	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
0,27	Оладьи с топпингом	70	2,67	3	6,21	71,9
4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	9	30,51	196
6	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
7	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
<b>Итого за Завтрак</b>		500	11,36	13	64,93	410
<b><u>Обед</u></b>						
6	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
30	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2
52	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
5,05	Жаркое по-домашнему из свинины	230	15,08	34	28,52	403,3
0,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
7	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
48	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
<b>Итого за Обед</b>		805	25,32	43	92,7	793,6
<b>Итого за день</b>		1 305	36,68	56	157,63	1 203,6