

Согласовано:



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



15.06.2026

ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	104
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	220	15,91	9	36,97	266,9
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
Итого за Завтрак		500	22,3	23	76,22	540,4
Обед						
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
Итого за Обед		795	35,1	40	129,26	988,8
Итого за день		1 295	57,4	63	205,48	1529,2

Согласовано:



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



16.06.2026

ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 312	Булочка школьная	60	6,04	6	21,36	163,6
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	210	12,07	13	34,47	254,4
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
Итого за Завтрак		500	21,38	20	84,04	560,1
<u>Обед</u>						
1 038	Помидоры свежие	60	0,66		2,28	14,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 699,05	Фигурки рыбные	100	14,64	21	7,23	279,1
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
512	Рис припущенный	180	4,32	5	44,46	264,5
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		875	28,73	37	113,85	940,2
Итого за день		1 375	50,11	57	197,89	1500,3

Согласовано.

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

17.06.2026

ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		580	12,53	11	85,78	547,6
<u>Обед</u>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,02	4	5,64	63,9
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	129,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 744	Тефтели мясные	90	10,8	9		145,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	118,6
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		870	35	24	137,85	930,5
Итого за день		1 450	47,53	35	223,63	1478,1

Согласовано



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



18.06.2026

ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
677,01	Плюшка Московская	80	9,36	9	25,22	219,32
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
Итого за Завтрак		510	21,58	19	85,11	557,02
<u>Обед</u>						
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
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	19,27	9	9,31	196,7
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
Итого за Обед		855	33,19	24	103,28	776,3
Итого за день		1 365	54,77	43	188,39	1333,32

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

19.06.2026

ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	220	7,92	7	34,52	264
828	Чай с сахаром	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
Итого за Завтрак		500	17,78	14	76,6	551,8
<u>Обед</u>						
1 006	Огурцы соленые	60	0,48		1,02	7,8
1 019	Суп с крупой пшениной "Волна" со сметаной	250	4,1	7	18,58	155,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	Плов со свининой	230	18,51	12	40,1	342,44
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		805	30,11	22	111,22	776,74
Итого за день		1 305	47,89	36	187,82	1328,54

Согласовано.

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.06.2026

ДОЛ Юность Полевской 350 руб

№ репептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 330,27	Оладьи с топпингом	70	2,67	8	16,21	147,52
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	12,42	9	26,51	235,14
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
Итого за Завтрак		500	18,36	18	70,93	524,76
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
1 030	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
1 025,05	Жаркое по-домашнему из свинины	230	15,08	34	28,52	403,3
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		805	25,32	43	92,7	793,6
Итого за день		1 305	43,68	61	163,63	1318,36