

Директор завода ТД «Солнц»
Н.Б. Труновских

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов из птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	1,68		14,82	63
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,1	24	81,04	572,9
Итого за день		500	23,1	24	81,04	572,9

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 050	Бефстроганов из свинины	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,4	30	85,8	722,7
Итого за день		500	21,4	30	85,8	722,7

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущенное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62

897	Хлеб пшеничный	30	2,37		14,49	70,5
1 148	Хлеб ржаной	25	1,4		12,35	52,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	22,98	13	78,52	532,9
Итого за день		500	22,98	13	78,52	532,9

Согласовано:

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



05.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,75	3	12,31	88,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	1,96		17,29	73,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	15,97	17	56,1	444,7
Итого за день		500	15,97	17	56,1	444,7

Согласовано:

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



06.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 028	Колбаски витаминные	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,81	4	19,65	136,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
Итого за Завтрак		500	24,76	30	62,29	567,1
Итого за день		500	24,76	30	62,29	567,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"





Ю.Козырева

07.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	11,44	19	75,39	522,4
Итого за день		560	11,44	19	75,39	522,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

08.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	19,7	19	74,48	518,2
Итого за день		580	19,7	19	74,48	518,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

09.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8

851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		500	17,63	12	73,57	520,5
Итого за день		500	17,63	12	73,57	520,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



10.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
Итого за Завтрак		500	20,32	12	72,27	501,1
Итого за день		500	20,32	12	72,27	501,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



12.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	18,7	20	52,1	488,6
Итого за день		500	18,7	20	52,1	488,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева





13.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
Итого за Завтрак		500	23,3	25	54,41	576,6
Итого за день		500	23,3	25	54,41	576,6

Согласовано: _____

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



14.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	7	28,47	216,9
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		530	12,06	12	86,42	516,4
Итого за день		530	12,06	12	86,42	516,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

01.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,55	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	25,83	26	85,42	631,5
Итого за день		550	25,83	26	85,42	631,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

02.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		550	25,03	34	98,31	827,5
Итого за день		550	25,03	34	98,31	827,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

03.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
902	Молоко сгущеное соус	35	2,49	2	19,32	103,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	30,47	20	86,7	662,1
Итого за день		550	30,47	20	86,7	662,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"





Ю.Козырева

05.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	3,75	3	12,31	88,4
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
835	Помидоры порционно	30	0,33		1,13	7,1
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	20,95	25	52,02	527,4
Итого за день		550	20,95	25	52,02	527,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	28,33	34	73,01	668,4
Итого за день		550	28,33	34	73,01	668,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



07.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65	275,4
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	13,53	22	81,14	587,3
Итого за день		610	13,53	22	81,14	587,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



08.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	21,96	21	83,95	584,2
Итого за день		610	21,96	21	83,95	584,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

09.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		550	19,82	13	80,2	589,8
Итого за день		550	19,82	13	80,2	589,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

10.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	26,37	17	82,63	605,3
Итого за день		550	26,37	17	82,63	605,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

12.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	50	6,25	4	20,51	147,3
891	Омлет запеченный или паровой	165	14,29	22	0,9	255
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	35	2,98	1	14,88	90,7
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	23,98	27	61,25	599,9
Итого за день		550	23,98	27	61,25	599,9

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"  Ю. Козырева

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,48	9	37,96	289,2
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	13,71	15	88,09	567,2
Итого за день		560	13,71	15	88,09	567,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



01.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
817	Маринад овощной	60	1,12	6	6,83	84,6
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлеты рыбные	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	24,1	27	92,31	776,2
Итого за день		745	24,1	27	92,31	776,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



02.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 163	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом*	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
3,01	Бедро куриное запеченое	90	21,52	24	0,42	232
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	33,09	34	92,86	740,5
Итого за день		745	33,09	34	92,86	740,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



03.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	23,64	28	116,62	790,5
Итого за день		735	23,64	28	116,62	790,5

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

05.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	38,6
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
990	Рис припущенный с овощами	150	3,6	7	33,56	209,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	27,77	35	98,34	814,3
Итого за день		740	27,77	35	98,34	814,3

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

06.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему из свинины	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8

Итого за Обед	745	18,54	15	101,18	694
Итого за день	745	18,54	15	101,18	694

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

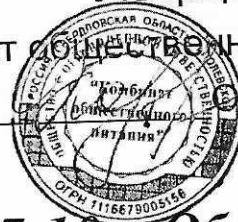
09.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,35	5	11,21	96,5
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		750	16,59	17	74,28	578,6
Итого за день		750	16,59	17	74,28	578,6

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

10.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	60	1,97	6	1,4	71,5
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлеты по-Хлыновски *	90	23,81	25	10,55	365,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	11,61	4	28,57	202,4
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		765	42,09	41	84,28	930,7
Итого за день		765	42,09	41	84,28	930,7

Полевской ШУ 7-10 л Обед 118 р

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

Обед

820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	5,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		755	29,41	35	101,59	840,5
Итого за день		755	29,41	35	101,59	840,5

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

Согласовано:

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

Согласовано:

03.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		865	27,43	34	129,7	912,5
Итого за день		865	27,43	34	129,7	912,5

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

05.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	64,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	7,82	5	33,42	213,6
1 105	Гуляш из курицы	100	17,02	22	3,51	225,1
990	Рис припущенный с овощами	180	4,32	8	40,27	251,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	32,06	41	113,04	947,4
Итого за день		870	32,06	41	113,04	947,4

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

06.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
835	Помидоры порционно	100	1,09		3,76	23,8
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,83	6	10,37	100,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8

893,01	Жаркое по-домашнему из свинины	220	21,49	22	18,68	358
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
	Итого за Обед	815	26,99	29	58,29	644
	Итого за день	815	26,99	29	58,29	644

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



07.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Обед 133 р			
			Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	<u>Обед</u>					
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	100	1,19	4	5,98	48,1
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	25,91	27	0,26	267,7
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
	Итого за Обед	870	38,87	43	93,5	820,1
	Итого за день	870	38,87	43	93,5	820,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



08.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

Наименование блюда							Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
№ рецептуры											
<u>Обед</u>											
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным						100	1,75	5	9,94	94,3
1 113	Суп картофельный с клецками						250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)						5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушеная в томате с овощами						100	9,43	4	4,28	130
512	Рис припущенный						180	4,46	6	46,68	254,5
928	Компот из смеси сухофруктов						200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный						20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный						20	1,53		9,98	49,3

Итого за Обед	875	21,44	19	118,1	813,2
Итого за день	875	21,44	19	118,1	813,2

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

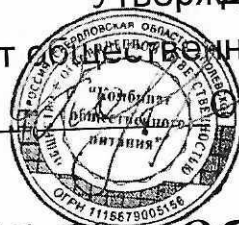
09.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	2,94	6	14,01	120,6
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	18,31	19	83,1	645,8
Итого за день		870	18,31	19	83,1	645,8

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

10.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	100	3,29	10	2,33	119,2
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	5	9,23	92,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлеты по-Хлыновски *	100	26,45	28	11,72	406,2
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	13,93	5	34,28	242,9
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		895	48,75	50	93,94	1 078,1
Итого за день		895	48,75	50	93,94	1 078,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева
12.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
992	Салат Здоровье	100	1,22	10	7,62	128,8
84	Суп картофельный со сметаной	250	1,76	3	14,46	94,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 077	Плов с индейкой	200	19,54	29	40,63	499,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		805	25,88	43	96,71	950,4
Итого за день		805	25,88	43	96,71	950,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева
13.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,39	7	11,71	118,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски*	100	2,02	7	3,6	183,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	15,79	22	89,69	733,4
Итого за день		875	15,79	22	89,69	733,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева
14.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 11-18 л Обед 133 р

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

Обед

820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65	115,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,93	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		885	33,56	42	115,5	976,7
Итого за день		885	33,56	42	115,5	976,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева



01.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов из птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	1,68		14,82	63
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,1	24	81,04	572,9
Обед						
817	Маринад овощной	60	1,12	6	6,83	84,6
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлеты рыбные	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	24,1	27	92,31	776,2
Итого за день		1 245	47,2	51	173,35	1 349,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

02.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов из свинины	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,4	30	85,8	722,7
Обед						
1 163	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом*	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
3,01	Бедро куриное запеченое	90	21,52	24	0,42	232
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	33,09	34	92,86	740,5
Итого за день		1 245	54,49	64	178,66	1 463,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



03.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
902	Молоко сгущеное соус	25	1,78	1	13,8	73,8
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	2,37		14,49	70,5
1 148	Хлеб ржаной	25	1,4		12,35	52,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	22,98	13	78,52	532,9
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	23,64	28	116,62	790,5
Итого за день		1 235	46,62	41	195,14	1 323,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

05.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	3,75	3	12,31	88,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
835	Помидоры порционно	25	0,27		0,94	5,9
1 148	Хлеб ржаной	35	1,96		17,29	73,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	15,97	17	56,1	444,7
Обед						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	38,6
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
990	Рис припущенный с овощами	150	3,6	7	33,56	209,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	27,77	35	98,34	814,3
Итого за день		1 240	43,74	52	154,44	1 259

Согласовано:

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



06.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаски витаминные	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,81	4	19,65	136,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
Итого за Завтрак		500	24,76	30	62,29	567,1
Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему из свинины	200	19,53	20	16,98	325,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,47	5	8,29	80,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
Итого за Обед		705	24,23	26	53,01	581,8
Итого за день		1 205	48,99	56	115,3	1 148,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

07.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	11,44	19	75,39	522,4
Обед						
39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	60	0,71	2	3,59	28,9
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	23,32	24	0,23	240,9
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		740	34,13	36	82,98	715,5
Итого за день		1 300	45,57	55	158,37	1 237,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю. Козырева

08.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	19,7	19	74,48	518,2
Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	8,48	4	3,86	117
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	18,54	15	101,18	694
Итого за день		1 325	38,24	34	175,66	1 212,2

Согласовано:

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



09.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

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

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		500	17,63	12	73,57	520,5

Обед

836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,35	5	11,21	96,5
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		750	16,59	17	74,28	578,6
Итого за день		1 250	34,22	29	147,85	1 099,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



10.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
Итого за Завтрак		500	20,32	12	72,27	501,1
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	60	1,97	6	1,4	71,5
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлеты по-Хлыновски *	90	23,81	25	10,55	365,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	11,61	4	28,57	202,4
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		765	42,09	41	84,28	930,7
Итого за день		1 265	62,41	53	156,55	1 431,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

12.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

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

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		500	18,7	20	52,1	488,6

Обед

992	Салат Здоровье	60	0,73	6	4,57	77,3
84	Суп картофельный со сметаной	200	1,4	3	11,57	75,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 077	Плов с индейкой	200	19,54	29	40,63	499,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		705	24,95	39	90,27	856,5
Итого за день		1 205	43,65	59	142,37	1 345,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



13.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
Итого за Завтрак		500	23,3	25	54,41	576,6
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски*	90	1,82	6	3,24	164,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	13,65	18	80,07	644,7
Итого за день		1 245	36,95	43	134,48	1 221,3

Согласовано:

директор ООО "КО", с.о.м.н. 1
Н.В. Приорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



14.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 7-10 л Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	7	28,47	216,9
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		530	12,06	12	86,42	516,4
Обед						
820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	5,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		755	29,41	35	101,59	840,5
Итого за день		1 285	41,47	47	188,01	1 356,9

Согласовано:

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



01.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836,01	Огурцы малосольные порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 075	Плов из птицы	220	20,47	25	42,55	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27	54,8
1 148	Хлеб ржаной	35	1,96		17,29	73,5
Итого за Завтрак		550	24,81	25	87,83	614,3
Обед						
817	Маринад овощной	100	1,86	10	11,38	141
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлеты рыбные	100	15,35	10	11,81	197,9
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	27,72	34	106,79	919,7
Итого за день		1 425	52,53	59	194,62	1 534

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

02.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

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

Завтрак

1 050	Бефстроганов из свинины	100	12,62	22	5,46	282
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
		30	1,98		10,02	63
1 147	Хлеб ржаной.	40	3	4	29,76	162,8
1 141	Печенье детское (конд изд)					812,8
Итого за Завтрак		550	24,46	33	95,58	

Обед

1 163	Салат из моркови с растительным маслом	100	1,38	1	11,2	61,3
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом*	250	3,93	4	19,73	133,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
3,01	Бедро куриное запеченое	100	23,91	27	0,47	257,8
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	37,57	39	109,12	860
Итого за день		1 425	62,03	72	204,7	1 672,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



03.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
902	Молоко сгущеное соус	35	2,49	2	19,32	103,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	2,37		14,49	70,5
1 148	Хлеб ржаной	25	1,4		12,35	52,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	28,91	18	89,85	638,1
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81	131,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35	245,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		865	27,43	34	129,7	912,5
Итого за день		1 415	56,34	52	219,55	1 550,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

05.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

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

Завтрак

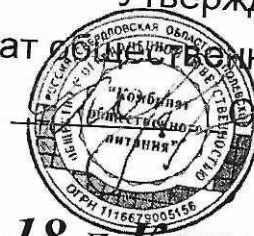
810	Бутерброд с сыром	30	3,75	3	12,31	88,4
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
835	Помидоры порционно	30	0,33		1,13	7,1
1 148	Хлеб ржаной	30	1,68		14,82	63
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	20,08	24	54,09	512,7

Обед

12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	64,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	7,82	5	33,42	213,6
1 105	Гуляш из курицы	100	17,02	22	3,51	225,1
990	Рис припущенный с овощами	180	4,32	8	40,27	251,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	32,06	41	113,04	947,4
Итого за день		1 420	52,14	65	167,13	1 460,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 028	Колбаски витаминные	90	17,83	20	5,93	227,2
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02	52,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		550	26,67	32	72,12	635,1
Обед						
835	Помидоры порционно	100	1,09		3,76	23,8
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	1,83	6	10,37	100,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
893,01	Жаркое по-домашнему из свинины	220	21,49	22	18,68	358
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
Итого за Обед		815	26,99	29	58,29	644
Итого за день		1 365	53,66	61	130,41	1 279,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

07.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

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

Завтрак

808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65	275,4
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	12,95	21	82,52	577,5

Обед

39,01	Салат витаминный с яблоками с маслом растительным	100	1,19	4	5,98	48,1
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	25,91	27	0,26	267,7
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	38,87	43	93,5	820,1
Итого за день		1 480	51,82	64	176,02	1 397,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева



08.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		610	20,88	20	81,68	560,7
Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	100	1,75	5	9,94	94,3
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,43	4	4,28	130
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	254,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	21,44	19	118,1	813,2
Итого за день		1 485	42,32	39	199,78	1 373,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

09.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	5,08	5	0,28	62,8
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04	297,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		550	19,24	12	81,58	580
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	2,94	6	14,01	120,6
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95	224,9
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		870	18,31	19	83,1	645,8
Итого за день		1 420	37,55	31	164,68	1 225,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



10.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
Итого за Завтрак		550	25,8	16	79,9	590,6
Обед						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	100	3,29	10	2,33	119,2
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	5	9,23	92,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлеты по-Хлыновски *	100	26,45	28	11,72	406,2
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	13,93	5	34,28	242,9
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88	99,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		895	48,75	50	93,94	1 078,1
Итого за день		1 445	74,55	66	173,84	1 668,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



12.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

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

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	50	6,25	4	20,51	147,3
891	Омлет запеченный или паровой	165	14,29	22	0,9	255
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	35	2,31		11,69	73,5
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		550	23,31	26	58,06	582,7

Обед

992	Салат Здоровье	100	1,22	10	7,62	128,8
84	Суп картофельный со сметаной	250	1,76	3	14,46	94,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 077	Плов с индейкой	200	19,54	29	40,63	499,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		805	25,88	43	96,71	950,4
Итого за день		1 355	49,19	69	154,77	1 533,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94	256,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 147	Хлеб ржаной.	30	1,98		10,02	63
Итого за Завтрак		550	24,67	26	63,9	663,8
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,39	7	11,71	118,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски*	100	2,02	7	3,6	183,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		875	15,79	22	89,69	733,4
Итого за день		1 425	40,46	48	153,59	1 397,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



14.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 11-18 л Комплекс 223р

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

Завтрак

815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,48	9	37,96	289,2
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	13,13	14	89,47	557,4

Обед

820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65	115,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	121
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,93	231,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		885	33,56	42	115,5	976,7
Итого за день		1 445	46,69	56	204,97	1 534,1