

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
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	2,98	1	14,88	90,7
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	17,88	19	53,19	473,3
Итого за день		520	17,88	19	53,19	473,3

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	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	1,7	1	8,5	51,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		500	26,42	32	63,18	600,4
Итого за день		500	26,42	32	63,18	600,4

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	12,02	20	74,01	532,2
Итого за день		560	12,02	20	74,01	532,2

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ 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
1 142	Повидло	25	0,02		4,1	16,9
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
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		500	21,41	12	70	497,9
Итого за день		500	21,41	12	70	497,9

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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	1,7	1	8,5	51,8
678	Шарлотка с яблоками	80	3,5	5	28,44	174,4
Итого за Завтрак		500	11,63	10	83,94	524,1
Итого за день		500	11,63	10	83,94	524,1

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл 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
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	19,76	19	74,67	518,2
Итого за день		580	19,76	19	74,67	518,2

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
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	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	21,84	26	51,52	538,8
Итого за день		570	21,84	26	51,52	538,8

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьев А

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
902	Молоко сгущенное соус	35	2,49	2	19,32	103,3
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	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	29,1	18	91,03	660
Итого за день		550	29,1	18	91,03	660

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьев А

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,08	5	13,13	120,6
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	20,9	15	76,92	592,6
Итого за день		550	20,9	15	76,92	592,6

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьев А

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю.Козырева



24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	19,76	19	74,67	518,2
Итого за день		580	19,76	19	74,67	518,2

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
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	2,98	1	14,88	90,7
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	17,88	19	53,19	473,3
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		1 260	45,65	54	151,53	1 287,6

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	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	1,7	1	8,5	51,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		500	26,42	32	63,18	600,4
Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему	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	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	24,81	27	51,63	591,6
Итого за день		1 205	51,23	59	114,81	1 192

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		560	12,02	20	74,01	532,2
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78	342,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
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	49,44	36	96,5	832,4
Итого за день		1 300	61,46	56	170,51	1 364,6

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ №1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
1 142	Повидло	25	0,02		4,1	16,9
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
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		500	21,41	12	70	497,9
Обед						
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, тушенная 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	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	17,95	12	98,21	673,2
Итого за день		1 200	39,36	24	168,21	1 171,1

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ №1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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	1,7	1	8,5	51,8
678	Шарлотка с яблоками	80	3,5	5	28,44	174,4
Итого за Завтрак		500	11,63	10	83,94	524,1
Обед						
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	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		700	16,19	17	73,22	593,7
Итого за день		1 200	27,82	27	157,16	1 117,8

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ №1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	19,76	19	74,67	518,2
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	Котлета по-Хлыновски	90	8,71	20	11,83	337,4
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
857	Пюре гороховое	150	14,37	5	34,65	245,5
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	29,75	37	91,64	945,7
Итого за день		1 345	49,51	56	166,31	1 463,9

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ №1" имени Героя
Советского Союза И.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



19.09.2022 (понедельник)
Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,56	4	9,85	90,4
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	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	21,84	26	51,52	538,8
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		1 440	53,9	67	164,56	1 486,2

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ №1" имени Героя
Советского Союза И.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



20.09.2022 (вторник)
Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
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	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	1,7	1	8,5	51,8
770	Булочка дорожная.	70	5,15	12	40,31	220,4
Итого за Обед		885	32,72	42	97,22	874,2
Итого за день		1 435	61,05	76	170,23	1 542,6

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ №1" имени Героя
Советского Союза И.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



21.09.2022 (среда)
Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	40,28	32	3,09	380,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
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	55,98	41	108,55	941,9
Итого за день		1 480	69,51	63	189,69	1 529,2

Согласовано:

Утверждаю директор



22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25	302,8
1 142	Повидло	35	0,03		5,74	23,7
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
894,01	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	26,64	16	77,45	580,4
Обед						
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, тушенная 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
445	Гребешок с повидлом	60	0,93	3	8,39	67,9
Итого за Обед		835	20,62	17	116,55	786,8
Итого за день		1 385	47,26	33	194	1 367,2

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя Советского Союза Н.В. Кологойды

ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
678	Шарлотка с яблоками	80	3,5	5	28,44	174,4
Итого за Завтрак		550	13,24	10	91,95	583,6
Обед						
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
1 190	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
Итого за Обед		830	23,21	25	99	781,5
Итого за день		1 380	36,45	35	190,95	1 365,1

Согласовано:
МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя Советского Союза Н.В. Кологойды

ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева

Н.В. Григорьев



24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		580	19,76	19	74,67	518,2
Обед						
1 099	Салат Луток 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	Котлета по-Хлыновски	100	9,68	22	13,14	374,9
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
857	Пюре гороховое	180	17,24	7	41,58	294,6
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	35,29	46	102,66	1 098,5
Итого за день		1 475	55,05	65	177,33	1 616,7

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Н.В. Григорьева



Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Н.В. Григорьева



Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
835	Помидоры порционно	60	0,65		2,26	14,3
893,01	Жаркое по-домашнему	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	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		705	24,81	27	51,63	591,6
Итого за день		705	24,81	27	51,63	591,6

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Н.В. Григорьева



Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78	342,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
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	49,44	36	96,5	832,4
Итого за день		740	49,44	36	96,5	832,4

Согласовано:

Утверждаю директор

22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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, тушенная 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	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	17,95	12	98,21	673,2
Итого за день		700	17,95	12	98,21	673,2

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
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	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		700	16,19	17	73,22	593,7
Итого за день		700	16,19	17	73,22	593,7

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
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	Котлета по-Хлыновски	90	8,71	20	11,83	337,4
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
857	Пюре гороховое	150	14,37	5	34,65	245,5
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	29,75	37	91,64	945,7
Итого за день		765	29,75	37	91,64	945,7

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

19.09.2022 (понедельник)
Полевской ШУ 5-1кл 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:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

20.09.2022 (вторник)
Полевской ШУ 5-1кл 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	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	1,7	1	8,5	51,8
770	Булочка дорожная.	70	5,15	12	40,31	220,4
Итого за Обед		885	32,72	42	97,22	874,2
Итого за день		885	32,72	42	97,22	874,2

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

21.09.2022 (среда)
Полевской ШУ 5-1кл 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
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	40,28	32	3,09	380,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	254,5
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	55,98	41	108,55	941,9
Итого за день		870	55,98	41	108,55	941,9

Согласовано:

Утверждаю директор

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

Н.В. Григорьева



22.09.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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, тушенная 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
445	Гребешок с повидлом	60	0,93	3	8,39	67,9
Итого за Обед		835	20,62	17	116,55	786,8
Итого за день		835	20,62	17	116,55	786,8

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



23.09.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Обед						
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
1 190	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
Итого за Обед		830	23,21	25	99	781,5
Итого за день		830	23,21	25	99	781,5

Согласовано:

МБОУ ПГО "СОШ № 1" имени Героя
Советского Союза Н.В. Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



24.09.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл 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	Котлета по-Хлыновски	100	9,68	22	13,14	374,9
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
857	Пюре гороховое	180	17,24	7	41,58	294,6
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	35,29	46	102,66	1 098,5
Итого за день		895	35,29	46	102,66	1 098,5