

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



03.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,35</b>	<b>21</b>	<b>56,93</b>	<b>503,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>15,35</b>	<b>21</b>	<b>56,93</b>	<b>503,2</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



04.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>26,42</b>	<b>32</b>	<b>63,18</b>	<b>600,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>26,42</b>	<b>32</b>	<b>63,18</b>	<b>600,4</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



05.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>12,02</b>	<b>20</b>	<b>74,01</b>	<b>532,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>560</b>	<b>12,02</b>	<b>20</b>	<b>74,01</b>	<b>532,2</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



06.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>21,49</b>	<b>12</b>	<b>71,96</b>	<b>507,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>520</b>	<b>21,49</b>	<b>12</b>	<b>71,96</b>	<b>507,3</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



07.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>11,63</b>	<b>10</b>	<b>83,94</b>	<b>524,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>11,63</b>	<b>10</b>	<b>83,94</b>	<b>524,1</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



08.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>19,76</b>	<b>19</b>	<b>74,67</b>	<b>518,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>580</b>	<b>19,76</b>	<b>19</b>	<b>74,67</b>	<b>518,2</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



03.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		570	21,84	26	51,52	538,8
<b>Итого за день</b>		570	21,84	26	51,52	538,8

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



04.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		550	28,33	34	73,01	668,4
<b>Итого за день</b>		550	28,33	34	73,01	668,4

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева




05.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		610	13,53	22	81,14	587,3
<b>Итого за день</b>		610	13,53	22	81,14	587,3

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

  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева




06.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>570</b>	<b>29,18</b>	<b>18</b>	<b>92,99</b>	<b>669,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>570</b>	<b>29,18</b>	<b>18</b>	<b>92,99</b>	<b>669,4</b>

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

  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева




07.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>20,9</b>	<b>15</b>	<b>76,92</b>	<b>592,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>20,9</b>	<b>15</b>	<b>76,92</b>	<b>592,6</b>

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

  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



08.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>19,76</b>	<b>19</b>	<b>74,67</b>	<b>518,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>580</b>	<b>19,76</b>	<b>19</b>	<b>74,67</b>	<b>518,2</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



03.10.2022 (понедельник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	9,6	170
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>15,35</b>	<b>21</b>	<b>56,93</b>	<b>503,2</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
52	Суп рыбный «Мозанка»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
928	Компот из смеси сухофруктов	200	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>31,75</b>	<b>31</b>	<b>184,39</b>	<b>1 163,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 240</b>	<b>47,1</b>	<b>52</b>	<b>241,32</b>	<b>1 666,5</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



04.10.2022 (вторник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>26,42</b>	<b>32</b>	<b>63,18</b>	<b>600,4</b>
<b>Обед</b>						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	220	1,61	5	9,12	88,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98	325,4
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	40	0,3		1,97	94
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>25,73</b>	<b>27</b>	<b>57,57</b>	<b>671,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>52,15</b>	<b>59</b>	<b>120,75</b>	<b>1 271,6</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



05.10.2022 (среда)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>12,02</b>	<b>20</b>	<b>74,01</b>	<b>532,2</b>
<b>Обед</b>						
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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>50,58</b>	<b>37</b>	<b>96,54</b>	<b>844,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 305</b>	<b>62,6</b>	<b>57</b>	<b>170,55</b>	<b>1 376,4</b>

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

Н.В. Григорьева

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

06.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>21,49</b>	<b>12</b>	<b>71,96</b>	<b>507,3</b>
<b>Обед</b>						
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	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>19,79</b>	<b>13</b>	<b>188,21</b>	<b>1 058</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>41,28</b>	<b>25</b>	<b>260,17</b>	<b>1 565,3</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

07.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>11,63</b>	<b>10</b>	<b>83,94</b>	<b>524,1</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>16,19</b>	<b>17</b>	<b>73,22</b>	<b>593,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>27,82</b>	<b>27</b>	<b>157,16</b>	<b>1 117,8</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

08.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>19,76</b>	<b>19</b>	<b>74,67</b>	<b>518,2</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>29,75</b>	<b>37</b>	<b>91,64</b>	<b>945,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 345</b>	<b>49,51</b>	<b>56</b>	<b>166,31</b>	<b>1 463,9</b>

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

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



03.10.2022 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87	247,3
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	<b>18,83</b>	<b>28</b>	<b>52,95</b>	<b>554,6</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37	245,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>36,48</b>	<b>35</b>	<b>198,35</b>	<b>1 275,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 410</b>	<b>55,31</b>	<b>63</b>	<b>251,3</b>	<b>1 829,7</b>

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

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



04.10.2022 (вторник)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>28,33</b>	<b>34</b>	<b>73,01</b>	<b>668,4</b>
<b>Обед</b>						
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	225	21,98	22	19,11	366,1
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
941	Сдоба обыкновенная	80	7,57	4	47,32	237
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>34,54</b>	<b>34</b>	<b>100,9</b>	<b>875,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 350</b>	<b>62,87</b>	<b>68</b>	<b>173,91</b>	<b>1 543,5</b>

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

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



05.10.2022 (среда)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>610</b>	<b>13,53</b>	<b>22</b>	<b>81,14</b>	<b>587,3</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59	14
139.01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>57,12</b>	<b>42</b>	<b>108,59</b>	<b>953,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 485</b>	<b>70,65</b>	<b>64</b>	<b>189,73</b>	<b>1 541</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



06.10.2022 (четверг)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>570</b>	<b>26,72</b>	<b>16</b>	<b>79,41</b>	<b>589,8</b>
<b>Обед</b>						
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	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>22,46</b>	<b>18</b>	<b>206,55</b>	<b>1 171,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 405</b>	<b>49,18</b>	<b>34</b>	<b>285,96</b>	<b>1 761,4</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



07.10.2022 (пятница)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>13,24</b>	<b>10</b>	<b>91,95</b>	<b>583,6</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>830</b>	<b>23,21</b>	<b>25</b>	<b>99</b>	<b>781,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 380</b>	<b>36,45</b>	<b>35</b>	<b>190,95</b>	<b>1 365,1</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



08.10.2022 (суббота)

**Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>19,76</b>	<b>19</b>	<b>74,67</b>	<b>518,2</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>35,29</b>	<b>46</b>	<b>102,66</b>	<b>1 098,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 475</b>	<b>55,05</b>	<b>65</b>	<b>177,33</b>	<b>1 616,7</b>



Согласовано:

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

Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



03.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ печентуры	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
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
928	Компот из смеси сухофруктов	200	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>31,75</b>	<b>31</b>	<b>184,39</b>	<b>1 163,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>740</b>	<b>31,75</b>	<b>31</b>	<b>184,39</b>	<b>1 163,3</b>

Согласовано:

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

Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



04.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ печентуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	220	1,61	5	9,12	88,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98	325,4
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	40	0,3		1,97	94
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>25,73</b>	<b>27</b>	<b>57,57</b>	<b>671,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>25,73</b>	<b>27</b>	<b>57,57</b>	<b>671,2</b>

Согласовано:

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

Кологойды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



05.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ печентуры	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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>50,58</b>	<b>37</b>	<b>96,54</b>	<b>844,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>745</b>	<b>50,58</b>	<b>37</b>	<b>96,54</b>	<b>844,2</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



06.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>19,79</b>	<b>13</b>	<b>188,21</b>	<b>1 058</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>19,79</b>	<b>13</b>	<b>188,21</b>	<b>1 058</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



07.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>16,19</b>	<b>17</b>	<b>73,22</b>	<b>593,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>16,19</b>	<b>17</b>	<b>73,22</b>	<b>593,7</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



08.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>29,75</b>	<b>37</b>	<b>91,64</b>	<b>945,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>765</b>	<b>29,75</b>	<b>37</b>	<b>91,64</b>	<b>945,7</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



03.10.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл 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
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	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>33,94</b>	<b>36</b>	<b>203,25</b>	<b>1 281,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>870</b>	<b>33,94</b>	<b>36</b>	<b>203,25</b>	<b>1 281,8</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



04.10.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
941	Сдоба обыкновенная	80	7,57	4	47,32	237
<b>Итого за Обед</b>		<b>795</b>	<b>34,05</b>	<b>34</b>	<b>100,47</b>	<b>867</b>
<b>Итого за день</b>		<b>795</b>	<b>34,05</b>	<b>34</b>	<b>100,47</b>	<b>867</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



05.10.2022 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл 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
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56	116,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>57,12</b>	<b>42</b>	<b>108,59</b>	<b>953,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>875</b>	<b>57,12</b>	<b>42</b>	<b>108,59</b>	<b>953,7</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



06.10.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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	2,3	1	112,5	481
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>22,46</b>	<b>18</b>	<b>206,55</b>	<b>1 171,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>835</b>	<b>22,46</b>	<b>18</b>	<b>206,55</b>	<b>1 171,6</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



07.10.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>830</b>	<b>23,21</b>	<b>25</b>	<b>99</b>	<b>781,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>830</b>	<b>23,21</b>	<b>25</b>	<b>99</b>	<b>781,5</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



08.10.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>35,29</b>	<b>46</b>	<b>102,66</b>	<b>1 098,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>895</b>	<b>35,29</b>	<b>46</b>	<b>102,66</b>	<b>1 098,5</b>