

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



07.11.2022 (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>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	6	32,95	229,5
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976.03	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>11,66</b>	<b>12</b>	<b>91,58</b>	<b>543</b>
<b>Итого за день</b>		<b>530</b>	<b>11,66</b>	<b>12</b>	<b>91,58</b>	<b>543</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



08.11.2022 (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>						
1 027	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	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,68</b>	<b>26</b>	<b>56,23</b>	<b>586,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>23,68</b>	<b>26</b>	<b>56,23</b>	<b>586,4</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



09.11.2022 (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>						
810	Бутерброд с сыром	40	4,2	3	10,94	89,5
892	Омлет с картофелем	130	8,84	18	10,2	237,2
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
975	Мандарины	100	0,8		7,5	38
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>16,45</b>	<b>22</b>	<b>56,55</b>	<b>502,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>16,45</b>	<b>22</b>	<b>56,55</b>	<b>502,3</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



10.11.2022 (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>						
819,02	Горошек зеленый отварной	30	0,89	2	1,88	25
1 075	Плов с мясом 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	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>24,62</b>	<b>27</b>	<b>80,07</b>	<b>608,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>24,62</b>	<b>27</b>	<b>80,07</b>	<b>608,4</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



11.11.2022 (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>						
1 050	Бефстроганов*	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	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>21,78</b>	<b>31</b>	<b>87,62</b>	<b>732,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>21,78</b>	<b>31</b>	<b>87,62</b>	<b>732,5</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



12.11.2022 (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>						
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
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,81</b>	<b>16</b>	<b>80,42</b>	<b>579,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>23,81</b>	<b>16</b>	<b>80,42</b>	<b>579,2</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



07.11.2022 (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>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93	306
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976.03	Яблоко свежее	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>	<b>619,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>	<b>619,5</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



08.11.2022 (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>						
1 027	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	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,24</b>	<b>27</b>	<b>66,63</b>	<b>678,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>25,24</b>	<b>27</b>	<b>66,63</b>	<b>678,5</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



09.11.2022 (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>						
810	Бутерброд с сыром	40	4,2	3	10,94	89,5
892	Омлет с картофелем	170	11,56	23	13,34	310,2
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
975	Мандарины	100	0,8		7,5	38
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>20,02</b>	<b>27</b>	<b>63,94</b>	<b>601,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>20,02</b>	<b>27</b>	<b>63,94</b>	<b>601,2</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



10.11.2022 (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>						
819,02	Горошек зеленый отварной	60	1,79	3	3,75	50,1
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>27,14</b>	<b>29</b>	<b>87,62</b>	<b>673,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>27,14</b>	<b>29</b>	<b>87,62</b>	<b>673,2</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



11.11.2022 (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>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,03</b>	<b>34</b>	<b>98,31</b>	<b>827,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>25,03</b>	<b>34</b>	<b>98,31</b>	<b>827,5</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



12.11.2022 (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>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>	<b>668,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>	<b>668,7</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



07.11.2022 (понедельник)

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	6	32,95	229,5
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Яблоко свежее	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		530	11,66	12	91,58	543
<b>Обед</b>						
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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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>		705	28,56	31	77,91	705,4
<b>Итого за день</b>		1 235	40,22	43	169,49	1 248,4

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



08.11.2022 (вторник)

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 027	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	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	23,68	26	56,23	586,4
<b>Обед</b>						
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
1 131	Шницель из мяса	90	14,38	13	11,72	225,5
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
<b>Итого за Обед</b>		745	26,21	25	88,55	705,3
<b>Итого за день</b>		1 245	49,89	51	144,78	1 291,7

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



09.11.2022 (среда)

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	4,2	3	10,94	89,5
892	Омлет с картофелем	130	8,84	18	10,2	237,2
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
975	Мандарины	100	0,8		7,5	38
<b>Итого за Завтрак</b>		500	16,45	22	56,55	502,3
<b>Обед</b>						
951	Винегрет овощной с соевым огурцом	60	0,81	4	4,61	55,5
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, тушенная в соусе красном с овощами	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
<b>Итого за Обед</b>		755	29,33	34	101,01	826,5

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

10.11.2022 (четверг)

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

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
819,02	Горошек зеленый отварной	30	0,89	2	1,88	25
1 075	Плов с мясом 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	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>24,62</b>	<b>27</b>	<b>80,07</b>	<b>608,4</b>
<b>Обед</b>						
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	Котлета рыбная	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	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>23,44</b>	<b>21</b>	<b>88,47</b>	<b>727,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>48,06</b>	<b>48</b>	<b>168,54</b>	<b>1 335,8</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

11.11.2022 (пятница)

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

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 050	Бефстроганов*	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	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>21,78</b>	<b>31</b>	<b>87,62</b>	<b>732,5</b>
<b>Обед</b>						
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
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	238,3
999	Капуста тушеная	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>26,59</b>	<b>28</b>	<b>80,67</b>	<b>654</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>48,37</b>	<b>59</b>	<b>168,29</b>	<b>1 386,5</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

12.11.2022 (суббота)

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

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>23,81</b>	<b>16</b>	<b>80,42</b>	<b>579,2</b>
<b>Обед</b>						
25	Салат "Степной" из разных овощей	60	0,83		4,34	22,1
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	Тфтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>735</b>	<b>23,17</b>	<b>28</b>	<b>113,64</b>	<b>779,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 235</b>	<b>46,98</b>	<b>44</b>	<b>194,06</b>	<b>1 358,7</b>

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

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



07.11.2022 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93	306
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Яблоко свежее	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>	<b>619,5</b>
<b>Обед</b>						
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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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>805</b>	<b>29,49</b>	<b>35</b>	<b>84,35</b>	<b>799,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>43,26</b>	<b>49</b>	<b>186,91</b>	<b>1 418,8</b>

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

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



08.11.2022 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,24</b>	<b>27</b>	<b>66,63</b>	<b>678,5</b>
<b>Обед</b>						
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
1 131	Шницель из мяса	100	15,98	15	13,02	250,6
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
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>925</b>	<b>32,68</b>	<b>32</b>	<b>128,92</b>	<b>952,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 475</b>	<b>57,92</b>	<b>59</b>	<b>195,55</b>	<b>1 631,1</b>

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

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



09.11.2022 (среда)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	40	4,2	3	10,94	89,5
892	Омлет с картофелем	170	11,56	23	13,34	310,2
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
975	Мандарины	100	0,8		7,5	38
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>20,02</b>	<b>27</b>	<b>63,94</b>	<b>601,2</b>
<b>Обед</b>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	1,35	6	7,69	92,4
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, тушенная в соусе красном с овощами	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>885</b>	<b>33,43</b>	<b>40</b>	<b>114,54</b>	<b>953,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 435</b>	<b>53,45</b>	<b>67</b>	<b>178,48</b>	<b>1 554,4</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



10.11.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
819,02	Горошек зеленый отварной	60	1,79	3	3,75	50,1
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>27,14</b>	<b>29</b>	<b>87,62</b>	<b>673,2</b>
<b>Обед</b>						
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	Котлета рыбная	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
948	Шаньга со сметаной*	60	5,24	3	34,67	189,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>31,1</b>	<b>27</b>	<b>130,08</b>	<b>967,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>58,24</b>	<b>56</b>	<b>217,7</b>	<b>1 641,1</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



11.11.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>25,03</b>	<b>34</b>	<b>98,31</b>	<b>827,5</b>
<b>Обед</b>						
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
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная	180	4,3	8	17,09	153,6
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
838	Крендель песочный с сахаром	60	5,14	11	46,11	302,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>34</b>	<b>43</b>	<b>129,41</b>	<b>1 007,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>59,03</b>	<b>77</b>	<b>227,72</b>	<b>1 835,2</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



12.11.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-1кл Комплекс 223р

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52	358
674	Яблоки печеные	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>	<b>668,7</b>
<b>Обед</b>						
25	Салат "Степной" из разных овощей	100	1,39		7,23	36,8
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
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96	266,2
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>27,01</b>	<b>33</b>	<b>127,52</b>	<b>889,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>56,3</b>	<b>53</b>	<b>215,57</b>	<b>1 558</b>



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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

07.11.2022 (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>						
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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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>705</b>	<b>28,56</b>	<b>31</b>	<b>77,91</b>	<b>705,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>705</b>	<b>28,56</b>	<b>31</b>	<b>77,91</b>	<b>705,4</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

08.11.2022 (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>						
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
1 131	Шницель из мяса	90	14,38	13	11,72	225,5
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>26,21</b>	<b>25</b>	<b>88,55</b>	<b>705,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>745</b>	<b>26,21</b>	<b>25</b>	<b>88,55</b>	<b>705,3</b>

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

09.11.2022 (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>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	0,81	4	4,61	55,5
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, тушенная в соусе красном с овощами	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>755</b>	<b>29,33</b>	<b>34</b>	<b>101,01</b>	<b>826,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>755</b>	<b>29,33</b>	<b>34</b>	<b>101,01</b>	<b>826,5</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

10.11.2022 (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>						
1 030	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	Котлета рыбная	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	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>23,44</b>	<b>21</b>	<b>88,47</b>	<b>727,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>23,44</b>	<b>21</b>	<b>88,47</b>	<b>727,4</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

11.11.2022 (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>						
1 152	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
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	238,3
999	Капуста тушеная.	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>26,59</b>	<b>28</b>	<b>80,67</b>	<b>654</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>26,59</b>	<b>28</b>	<b>80,67</b>	<b>654</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

12.11.2022 (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>						
25	Салат "Степной" из разных овощей	60	0,83		4,34	22,1
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
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>735</b>	<b>23,17</b>	<b>28</b>	<b>113,64</b>	<b>779,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>735</b>	<b>23,17</b>	<b>28</b>	<b>113,64</b>	<b>779,5</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



07.11.2022 (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>						
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
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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>805</b>	<b>29,49</b>	<b>35</b>	<b>84,35</b>	<b>799,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>805</b>	<b>29,49</b>	<b>35</b>	<b>84,35</b>	<b>799,3</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



08.11.2022 (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>						
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
1 131	Шницель из мяса	100	15,98	15	13,02	250,6
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
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81	151,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>925</b>	<b>32,68</b>	<b>32</b>	<b>128,92</b>	<b>952,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>925</b>	<b>32,68</b>	<b>32</b>	<b>128,92</b>	<b>952,6</b>

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



09.11.2022 (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>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	1,35	6	7,69	92,4
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, тушенная в соусе красном с овощами	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>885</b>	<b>33,43</b>	<b>40</b>	<b>114,54</b>	<b>953,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>885</b>	<b>33,43</b>	<b>40</b>	<b>114,54</b>	<b>953,2</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



10.11.2022 (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>						
1 030	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	Котлета рыбная	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
948	Шаньга со сметаной*	60	5,24	3	34,67	189,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>31,1</b>	<b>27</b>	<b>130,08</b>	<b>967,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>835</b>	<b>31,1</b>	<b>27</b>	<b>130,08</b>	<b>967,9</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



11.11.2022 (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>						
1 152	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
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	264,8
999	Капуста тушеная.	180	4,3	8	17,09	153,6
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
838	Крендель песочный с сахаром	60	5,14	11	46,11	302,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>34</b>	<b>43</b>	<b>129,41</b>	<b>1 007,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>835</b>	<b>34</b>	<b>43</b>	<b>129,41</b>	<b>1 007,7</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



12.11.2022 (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>						
25	Салат "Степной" из разных овощей	100	1,39		7,23	36,8
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
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96	266,2
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>27,01</b>	<b>33</b>	<b>127,52</b>	<b>889,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>865</b>	<b>27,01</b>	<b>33</b>	<b>127,52</b>	<b>889,3</b>