

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



14.11.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>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     | 1,36       | 2         | 17,18           | 88,1    |
| 1 148            | Хлеб ржаной                                              | 20      | 1,7        | 1         | 8,5             | 51,8    |
| 976              | Яблоки свежие                                            | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                                                          | 580     | 12,09      | 20        | 82,51           | 567,7   |
| Итого за день    |                                                          | 580     | 12,09      | 20        | 82,51           | 567,7   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



15.11.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда         | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>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    |
| Итого за Завтрак |                            | 500     | 26,42      | 32        | 63,18           | 600,4   |
| Итого за день    |                            | 500     | 26,42      | 32        | 63,18           | 600,4   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



16.11.2022 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                    |         |            |           |                 |         |
| 810              | Бутерброд с сыром  | 40      | 6,67       | 5         | 21,88           | 157,1   |
| 892              | Омлет с картофелем | 120     | 8,16       | 16        | 9,42            | 219     |
| 897              | Хлеб пшеничный     | 40      | 4,27       | 2         | 17,42           | 109,6   |
| 686              | Чай с лимоном*     | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 975              | Мандарины          | 100     | 0,8        |           | 7,5             | 38      |
| Итого за Завтрак |                    | 500     | 19,96      | 23        | 71,38           | 583,6   |
| Итого за день    |                    | 500     | 19,96      | 23        | 71,38           | 583,6   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



17.11.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                        |         |            |           |                 |         |
| 1 073            | Пудинг творожно-манный | 120     | 15,66      | 10        | 17,44           | 227,1   |
| 1 142            | Повидло                | 20      | 0,02       |           | 3,28            | 13,5    |
| 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              | Яблоки свежие          | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                        | 515     | 21,49      | 12        | 71,14           | 503,9   |
| Итого за день    |                        | 515     | 21,49      | 12        | 71,14           | 503,9   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



18.11.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                               |         |            |           |                 |         |
| 851              | Каша пшеничная молочная с маслом<br>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    |
| 678,01           | Бисквит яблочный                              | 80      | 4,02       | 12        | 28,63           | 171,3   |
| Итого за Завтрак |                                               | 500     | 12,15      | 17        | 84,13           | 521     |
| Итого за день    |                                               | 500     | 12,15      | 17        | 84,13           | 521     |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



19.11.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                      |         |            |           |                 |         |
| 966              | Голубцы ленивые из мяса кур          | 60      | 8,09       | 9         | 3,87            | 105,1   |
| 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    |
| 975              | Мандарины                            | 100     | 0,8        |           | 7,5             | 38      |
| Итого за Завтрак |                                      | 550     | 16,12      | 15        | 70,43           | 456,7   |
| Итого за день    |                                      | 550     | 16,12      | 15        | 70,43           | 456,7   |



Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

14.11.2022 (понедельник)

## Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>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<br>с маслом сливочным | 250     | 7,56       | 11        | 35,65           | 275,4   |
| 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              | Яблоки свежие                                               | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                                                             | 630     | 13,6       | 22        | 89,64           | 622,8   |
| Итого за день    |                                                             | 630     | 13,6       | 22        | 89,64           | 622,8   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

15.11.2022 (вторник)

## Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда         | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>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    |
| Итого за Завтрак |                            | 550     | 28,33      | 34        | 73,01           | 668,4   |
| Итого за день    |                            | 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

16.11.2022 (среда)

## Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                    |         |            |           |                 |         |
| 810              | Бутерброд с сыром  | 40      | 6,67       | 5         | 21,88           | 157,1   |
| 892              | Омлет с картофелем | 170     | 11,56      | 23        | 13,34           | 310,2   |
| 897              | Хлеб пшеничный     | 40      | 4,27       | 2         | 17,42           | 109,6   |
| 686              | Чай с лимоном*     | 200     | 0,06       |           | 15,16           | 59,9    |
| 975              | Мандарины          | 100     | 0,8        |           | 7,5             | 38      |
| Итого за Завтрак |                    | 550     | 23,36      | 30        | 75,3            | 674,8   |
| Итого за день    |                    | 550     | 23,36      | 30        | 75,3            | 674,8   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



17.11.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                        |         |            |           |                 |         |
| 1 073            | Пудинг творожно-манный | 130     | 16,96      | 11        | 18,89           | 246     |
| 1 142            | Повидло                | 35      | 0,03       |           | 5,74            | 23,7    |
| 971              | Чай ягодный            | 200     |            |           | 14,97           | 59,9    |
| 894,01           | Хлеб пшеничный.        | 35      | 3,73       | 2         | 15,24           | 95,9    |
| 1 148            | Хлеб ржаной            | 30      | 2,55       | 1         | 12,75           | 77,7    |
| 976              | Яблоки свежие          | 120     | 0,48       |           | 11,76           | 56,4    |
| Итого за Завтрак |                        | 550     | 23,75      | 14        | 79,35           | 559,6   |
| Итого за день    |                        | 550     | 23,75      | 14        | 79,35           | 559,6   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



18.11.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                            | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|-----------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                               |         |            |           |                 |         |
| 851              | Каша пшеничная молочная с маслом<br>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    |
| 678,01           | Бисквит яблочный                              | 80      | 4,02       | 12        | 28,63           | 171,3   |
| Итого за Завтрак |                                               | 550     | 13,76      | 17        | 92,14           | 580,5   |
| Итого за день    |                                               | 550     | 13,76      | 17        | 92,14           | 580,5   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



19.11.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 90 р

| №<br>рецептуры   | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                      |         |            |           |                 |         |
| 966              | Голубцы ленивые из мяса кур          | 60      | 8,09       | 9         | 3,87            | 105,1   |
| 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    |
| 975              | Мандарины                            | 100     | 0,8        |           | 7,5             | 38      |
| Итого за Завтрак |                                      | 550     | 16,12      | 15        | 70,43           | 456,7   |
| Итого за день    |                                      | 550     | 16,12      | 15        | 70,43           | 456,7   |



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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



14.11.2022 (понедельник)

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

| №<br>пенситулы          | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>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          | 1,36         | 2         | 17,18           | 88,1           |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                              | 20           | 1,7          | 1         | 8,5             | 51,8           |
| 976                     | Яблоки свежие                                            | 120          | 0,48         |           | 11,76           | 56,4           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>580</b>   | <b>12,09</b> | <b>20</b> | <b>82,51</b>    | <b>567,7</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                          |              |              |           |                 |                |
| 1 443                   | Салат из моркови с маслом растительным                   | 60           | 0,78         | 5         | 4,74            | 65,9           |
| 139                     | Суп картофельный с бобовыми                              | 200          | 3,86         | 4         | 15,35           | 112,4          |
| 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                | 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>50,73</b> | <b>44</b> | <b>101,02</b>   | <b>921</b>     |
| <b>Итого за день</b>    |                                                          | <b>1 325</b> | <b>62,82</b> | <b>64</b> | <b>183,53</b>   | <b>1 488,7</b> |

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



15.11.2022 (вторник)

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

| №<br>пенситулы          | Наименование блюда                     | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>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           |
| 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>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          | 2,15         | 6         | 12,66           | 101,8          |
| 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            | 9,4            |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                            | 35           | 2,98         | 1         | 14,88           | 90,7           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                        | <b>700</b>   | <b>26,27</b> | <b>28</b> | <b>61,11</b>    | <b>684,2</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                        | <b>1 200</b> | <b>52,69</b> | <b>60</b> | <b>124,29</b>   | <b>1 284,6</b> |

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



16.11.2022 (среда)

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

| №<br>пенситулы          | Наименование блюда                                  | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                     |              |              |           |                 |              |
| 810                     | Бутерброд с сыром                                   | 40           | 6,67         | 5         | 21,88           | 157,1        |
| 892                     | Омлет с картофелем                                  | 120          | 8,16         | 16        | 9,42            | 219          |
| 897                     | Хлеб пшеничный                                      | 40           | 4,27         | 2         | 17,42           | 109,6        |
| 686                     | Чай с лимоном*                                      | 200          | 0,06         |           | 15,16           | 59,9         |
| 975                     | Мандарины                                           | 100          | 0,8          |           | 7,5             | 38           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                     | <b>500</b>   | <b>19,96</b> | <b>23</b> | <b>71,38</b>    | <b>583,6</b> |
| <b>Обед</b>             |                                                     |              |              |           |                 |              |
| 1 029                   | Салат из белокочанной капусты с маслом растительным | 60           | 0,96         | 4         | 5,67            | 63,8         |
| 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          | 0,46         |           | 27,49           | 115,7        |
| 897.01                  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                       | 20           | 0,15         |           | 0,98            | 4,7          |
| 1 186                   | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                    | 20           | 1,53         |           | 9,98            | 49,3         |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                     | <b>740</b>   | <b>30,39</b> | <b>34</b> | <b>103,49</b>   | <b>853,4</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                                     | <b>1 240</b> | <b>50,35</b> | <b>57</b> | <b>174,87</b>   | <b>1 437</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

17.11.2022 (четверг)

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

| №<br>п/п                | Наименование блюда                  | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                     |              |              |           |                 |                |
| 1 073                   | Пудинг творожно-манный              | 120          | 15,66        | 10        | 17,44           | 227,1          |
| 1 142                   | Повидло                             | 20           | 0,02         |           | 3,28            | 13,5           |
| 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                     | Яблоки свежие                       | 120          | 0,48         |           | 11,76           | 56,4           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                     | <b>515</b>   | <b>21,49</b> | <b>12</b> | <b>71,14</b>    | <b>503,9</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           |
| 1 107                   | Биточек рыбный                      | 90           | 11,93        | 8         | 14,3            | 181,1          |
| 600,01                  | Соус сметанный с томатом            | 20           | 0,34         | 2         | 1,4             | 18,1           |
| 512                     | Рис припущенный                     | 150          | 3,71         | 5         | 38,9            | 212            |
| 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    | 25           | 1,91         |           | 12,47           | 61,6           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                     | <b>720</b>   | <b>21,74</b> | <b>18</b> | <b>115,04</b>   | <b>774,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                     | <b>1 235</b> | <b>43,23</b> | <b>30</b> | <b>186,18</b>   | <b>1 278,8</b> |

Согласовано:

Директор МБОУ ГПО "СОШ № 1" имени Героя  
Советского Союза Н.В. Колотайды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

18.11.2022 (пятница)

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

| №<br>п/п                | Наименование блюда                          | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>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           |
| 678,01                  | Бисквит яблочный                            | 80           | 4,02         | 12        | 28,63           | 171,3          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | <b>500</b>   | <b>12,15</b> | <b>17</b> | <b>84,13</b>    | <b>521</b>     |
| <b>Обед</b>             |                                             |              |              |           |                 |                |
| 1 015                   | Суп-лапша на курином бульоне                | 200          | 3,8          | 6         | 12,49           | 113,7          |
| 829                     | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100          | 10,02        | 12        | 6,87            | 151            |
| 995                     | Пюре картофельное                           | 150          | 4,08         | 6         | 24,96           | 187,4          |
| 705                     | Напиток из плодов шиповника                 | 200          | 0,32         |           | 18,45           | 77,7           |
| 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>700</b>   | <b>19,98</b> | <b>24</b> | <b>74,23</b>    | <b>649,6</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                             | <b>1 200</b> | <b>32,13</b> | <b>41</b> | <b>158,36</b>   | <b>1 170,6</b> |

Согласовано:

Директор МБОУ ГПО "СОШ № 1" имени Героя  
Советского Союза Н.В. Колотайды

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

19.11.2022 (суббота)

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

| №<br>п/п                | Наименование блюда                                      | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                         |              |              |           |                 |                |
| 966                     | Голубцы ленивые из мяса кур                             | 60           | 8,09         | 9         | 3,87            | 105,1          |
| 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           |
| 975                     | Мандарины                                               | 100          | 0,8          |           | 7,5             | 38             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                         | <b>550</b>   | <b>16,12</b> | <b>15</b> | <b>70,43</b>    | <b>456,7</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                         |              |              |           |                 |                |
| 817                     | Маринад овощной                                         | 60           | 1,11         | 6         | 6,83            | 84,6           |
| 1 048                   | ПЦ 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           |
| 911,01                  | Каша перловая с овощами                                 | 150          | 3,31         | 8         | 22,96           | 176,2          |
| 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>17,83</b> | <b>40</b> | <b>85,38</b>    | <b>889,5</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                         | <b>1 315</b> | <b>33,95</b> | <b>55</b> | <b>155,81</b>   | <b>1 346,2</b> |



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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

14.11.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| № рецептуры             | Наименование блюда                                       | Выход г    | Белки г     | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |            |             |           |              |              |
| 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        | 1,36        | 2         | 17,18        | 88,1         |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                              | 20         | 1,7         | 1         | 8,5          | 51,8         |
| 976                     | Яблоки свежие                                            | 120        | 0,48        |           | 11,76        | 56,4         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>630</b> | <b>13,6</b> | <b>22</b> | <b>89,64</b> | <b>622,8</b> |

|                      |                                           |              |              |           |               |                |
|----------------------|-------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                           |              |              |           |               |                |
| 1 443                | Салат из моркови с маслом                 | 100          | 1,3          | 8         | 7,9           | 109,9          |
| 139                  | Суп картофельный с бобовыми               | 250          | 4,82         | 5         | 19,18         | 140,5          |
| 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>57,42</b> | <b>52</b> | <b>115,52</b> | <b>1 073,7</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                           | <b>1 505</b> | <b>71,02</b> | <b>74</b> | <b>205,16</b> | <b>1 696,5</b> |

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

15.11.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| № рецептуры             | Наименование блюда         | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|----------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                            |            |              |           |              |              |
| 1 028                   | 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>608,4</b> |

|                      |                                        |              |              |           |               |                |
|----------------------|----------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                        |              |              |           |               |                |
| 1 021                | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250          | 2,45         | 7         | 14,39         | 115,7          |
| 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          | 4,7            |
| 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>35,16</b> | <b>35</b> | <b>104,92</b> | <b>889,9</b>   |
| <b>Итого за день</b> |                                        | <b>1 350</b> | <b>63,49</b> | <b>69</b> | <b>177,93</b> | <b>1 558,3</b> |

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

16.11.2022 (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         | 6,67         | 5         | 21,88       | 157,1        |
| 892                     | Омлет с картофелем | 170        | 11,56        | 23        | 13,34       | 310,2        |
| 897                     | Хлеб пшеничный     | 40         | 4,27         | 2         | 17,42       | 109,6        |
| 686                     | Чай с лимоном*     | 200        | 0,06         |           | 15,16       | 59,9         |
| 975                     | Мандарины          | 100        | 0,8          |           | 7,5         | 38           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                    | <b>550</b> | <b>23,36</b> | <b>30</b> | <b>75,3</b> | <b>674,8</b> |

|                      |                                                     |              |              |           |               |                |
|----------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Обед</b>          |                                                     |              |              |           |               |                |
| 1 029                | Салат из белокочанной капусты с маслом растительным | 100          | 1,59         | 7         | 9,46          | 106,3          |
| 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          | 0,46         |           | 27,49         | 115,7          |
| 897,01               | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                       | 20           | 0,15         |           | 0,98          | 4,7            |
| 1 186                | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                    | 20           | 1,53         |           | 9,98          | 49,3           |
| <b>Итого за Обед</b> |                                                     | <b>870</b>   | <b>35,43</b> | <b>41</b> | <b>120,21</b> | <b>1 002,1</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                                     | <b>1 420</b> | <b>58,79</b> | <b>71</b> | <b>195,51</b> | <b>1 676,9</b> |

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

17.11.2022 (четверг)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| №<br>п/п                | Наименование блюда                  | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                     |              |              |           |               |                |
| 1 073                   | Пудинг творожно-манный              | 130          | 16,96        | 11        | 18,89         | 246            |
| 1 142                   | Повидло                             | 35           | 0,03         |           | 5,74          | 23,7           |
| 971                     | Чай ягодный                         | 200          |              |           | 14,97         | 59,9           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный                      | 35           | 3,73         | 2         | 15,24         | 95,9           |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                         | 30           | 2,55         | 1         | 12,75         | 77,7           |
| 976                     | Яблоки свежие                       | 120          | 0,48         |           | 11,76         | 56,4           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                     | <b>550</b>   | <b>23,75</b> | <b>14</b> | <b>79,35</b>  | <b>559,6</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           |
| 1 107                   | Биточек рыбный                      | 100          | 13,25        | 9         | 15,89         | 201,2          |
| 600,01                  | Соус сметанный с томатом            | 20           | 0,34         | 2         | 1,4           | 18,1           |
| 512                     | Рис припущенный                     | 180          | 4,46         | 6         | 46,68         | 254,5          |
| 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           |
| 445                     | Гребешок с повидлом                 | 60           | 0,93         | 3         | 8,39          | 67,9           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                     | <b>855</b>   | <b>24,78</b> | <b>24</b> | <b>134,55</b> | <b>895,6</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                     | <b>1 405</b> | <b>48,53</b> | <b>38</b> | <b>213,9</b>  | <b>1 455,2</b> |

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

18.11.2022 (пятница)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| №<br>п/п                | 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           |
| 678,01                  | Бисквит яблочный                            | 80           | 4,02         | 12        | 28,63         | 171,3          |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | <b>550</b>   | <b>13,76</b> | <b>17</b> | <b>92,14</b>  | <b>580,5</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                             |              |              |           |               |                |
| 1 015                   | Суп-лапша на курином бульоне                | 250          | 4,75         | 8         | 15,61         | 142,2          |
| 829                     | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100          | 10,02        | 12        | 6,87          | 151            |
| 995                     | Пюре картофельное                           | 180          | 4,89         | 7         | 29,95         | 224,9          |
| 705                     | Напиток из плодов шиповника                 | 200          | 0,32         |           | 18,45         | 77,7           |
| 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           |
| 1 190                   | Ватрушка с творогом*                        | 60           | 5,7          | 6         | 18,49         | 149,7          |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                             | <b>830</b>   | <b>27,36</b> | <b>33</b> | <b>100,33</b> | <b>841,8</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                             | <b>1 380</b> | <b>41,12</b> | <b>50</b> | <b>192,47</b> | <b>1 422,3</b> |

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

19.11.2022 (суббота)

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

| №<br>п/п                | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |              |              |           |               |                |
| 966                     | Голубцы ленивые из мяса кур                              | 60           | 8,09         | 9         | 3,87          | 105,1          |
| 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           |
| 975                     | Мандарины                                                | 100          | 0,8          |           | 7,5           | 38             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | <b>550</b>   | <b>16,12</b> | <b>15</b> | <b>70,43</b>  | <b>456,7</b>   |
| <b>Обед</b>             |                                                          |              |              |           |               |                |
| 817                     | Маринад овощной                                          | 100          | 1,86         | 10        | 11,38         | 141            |
| 1 048                   | ПЦи 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           |
| 911,01                  | Каша перловая с овощами                                  | 180          | 3,97         | 9         | 27,55         | 211,5          |
| 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>895</b>   | <b>20,59</b> | <b>48</b> | <b>97,68</b>  | <b>1 037,2</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                                                          | <b>1 445</b> | <b>36,71</b> | <b>63</b> | <b>168,11</b> | <b>1 493,9</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



14.11.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                        | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                           |         |            |           |                 |         |
| 1 443          | Салат из моркови с маслом                 | 60      | 0,78       | 5         | 4,74            | 65,9    |
| 139            | Суп картофельный с бобовыми               | 200     | 3,86       | 4         | 15,35           | 112,4   |
| 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 | 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  |                                           | 745     | 50,73      | 44        | 101,02          | 921     |
| Итого за день  |                                           | 745     | 50,73      | 44        | 101,02          | 921     |

Согласовано:

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

 Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



15.11.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|----------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                        |         |            |           |                 |         |
| 1 021          | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 220     | 2,15       | 6         | 12,66           | 101,8   |
| 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    |
| Итого за Обед  |                                        | 700     | 26,27      | 28        | 61,11           | 684,2   |
| Итого за день  |                                        | 700     | 26,27      | 28        | 61,11           | 684,2   |

Согласовано:

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

 Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



16.11.2022 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 029          | Салат из белокочанной капусты с маслом растительным | 60      | 0,96       | 4         | 5,67            | 63,8    |
| 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     | 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    |
| Итого за Обед  |                                                     | 740     | 30,39      | 34        | 103,49          | 853,4   |
| Итого за день  |                                                     | 740     | 30,39      | 34        | 103,49          | 853,4   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

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

17.11.2022 (четверг)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <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    |
| 1 107          | Биточек рыбный                      | 90      | 11,93      | 8         | 14,3            | 181,1   |
| 600,01         | Соус сметанный с томатом            | 20      | 0,34       | 2         | 1,4             | 18,1    |
| 512            | Рис припущенный                     | 150     | 3,71       | 5         | 38,9            | 212     |
| 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    | 25      | 1,91       |           | 12,47           | 61,6    |
| Итого за Обед  |                                     | 720     | 21,74      | 18        | 115,04          | 774,9   |
| Итого за день  |                                     | 720     | 21,74      | 18        | 115,04          | 774,9   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

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

18.11.2022 (пятница)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                             |         |            |           |                 |         |
| 1 015          | Суп-лапша на курином бульоне                | 200     | 3,8        | 6         | 12,49           | 113,7   |
| 829            | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100     | 10,02      | 12        | 6,87            | 151     |
| 995            | Пюре картофельное                           | 150     | 4,08       | 6         | 24,96           | 187,4   |
| 705            | Напиток из плодов шиповника                 | 200     | 0,32       |           | 18,45           | 77,7    |
| 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    |
| Итого за Обед  |                                             | 700     | 19,98      | 24        | 74,23           | 649,6   |
| Итого за день  |                                             | 700     | 19,98      | 24        | 74,23           | 649,6   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

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

19.11.2022 (суббота)

**Полевской ШУ 1-4кл Обед 118 р**

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                      | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                                         |         |            |           |                 |         |
| 817            | Маринад овощной                                         | 60      | 1,11       | 6         | 6,83            | 84,6    |
| 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    |
| 911,01         | Каша перловая с овощами                                 | 150     | 3,31       | 8         | 22,96           | 176,2   |
| 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     | 17,83      | 40        | 85,38           | 889,5   |
| Итого за день  |                                                         | 765     | 17,83      | 40        | 85,38           | 889,5   |



Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

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



14.11.2022 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                        | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                           |         |            |           |                 |         |
| 1 443          | Салат из моркови с маслом растительным    | 100     | 1,3        | 8         | 7,9             | 109,9   |
| 139            | Суп картофельный с бобовыми               | 250     | 4,82       | 5         | 19,18           | 140,5   |
| 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    |
| Итого за Обед  |                                           | 875     | 57,42      | 52        | 115,52          | 1 073,7 |
| Итого за день  |                                           | 875     | 57,42      | 52        | 115,52          | 1 073,7 |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

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



15.11.2022 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                     | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|----------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                        |         |            |           |                 |         |
| 1 021          | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250     | 2,45       | 7         | 14,39           | 115,7   |
| 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     |
| Итого за Обед  |                                        | 800     | 35,16      | 35        | 104,92          | 889,9   |
| Итого за день  |                                        | 800     | 35,16      | 35        | 104,92          | 889,9   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

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



16.11.2022 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 029          | Салат из белокочанной капусты с маслом растительным | 100     | 1,59       | 7         | 9,46            | 106,3   |
| 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     | 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    |
| Итого за Обед  |                                                     | 870     | 35,43      | 41        | 120,21          | 1 002,1 |
| Итого за день  |                                                     | 870     | 35,43      | 41        | 120,21          | 1 002,1 |

Согласовано:

Утверждаю директор

17.11.2022 (четверг)

### Полевской ШУ 5-1кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|-------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <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    |
| 1 107          | Биточек рыбный                      | 100     | 13,25      | 9         | 15,89           | 201,2   |
| 600,01         | Соус сметанный с томатом            | 20      | 0,34       | 2         | 1,4             | 18,1    |
| 512            | Рис припущенный                     | 180     | 4,46       | 6         | 46,68           | 254,5   |
| 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    |
| 445            | Гребешок с повидлом                 | 60      | 0,93       | 3         | 8,39            | 67,9    |
| Итого за Обед  |                                     | 855     | 24,78      | 24        | 134,55          | 895,6   |
| Итого за день  |                                     | 855     | 24,78      | 24        | 134,55          | 895,6   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

18.11.2022 (пятница)

### Полевской ШУ 5-1кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                          | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                             |         |            |           |                 |         |
| 1 015          | Суп-лапша на курином бульоне                | 250     | 4,75       | 8         | 15,61           | 142,2   |
| 829            | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100     | 10,02      | 12        | 6,87            | 151     |
| 995            | Пюре картофельное                           | 180     | 4,89       | 7         | 29,95           | 224,9   |
| 705            | Напиток из плодов шиповника                 | 200     | 0,32       |           | 18,45           | 77,7    |
| 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    |
| 1 190          | Ватрушка с творогом*                        | 60      | 5,7        | 6         | 18,49           | 149,7   |
| Итого за Обед  |                                             | 830     | 27,36      | 33        | 100,33          | 841,8   |
| Итого за день  |                                             | 830     | 27,36      | 33        | 100,33          | 841,8   |

Согласовано:

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

Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

19.11.2022 (суббота)

### Полевской ШУ 5-1кл Обед 133 р

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                                      | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|---------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Обед</b>    |                                                         |         |            |           |                 |         |
| 817            | Маринад овощной                                         | 100     | 1,86       | 10        | 11,38           | 141     |
| 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    |
| 911,01         | Каша перловая с овощами                                 | 180     | 3,97       | 9         | 27,55           | 211,5   |
| 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  |                                                         | 895     | 20,59      | 48        | 97,68           | 1 037,2 |
| Итого за день  |                                                         | 895     | 20,59      | 48        | 97,68           | 1 037,2 |