

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



20.01.2025 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 98 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
921	Какао с молоком, Хрутка	200	2,87	4	13,08	190
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		460	16,72	17	68,33	522,8
<b>Итого за день</b>		460	16,72	17	68,33	522,8

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



21.01.2025 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 98 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,09	9	28,82	264
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		490	14,22	14	75,51	519,2
<b>Итого за день</b>		490	14,22	14	75,51	519,2

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



22.01.2025 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 98 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,01	**Блинчики	60	3,3	3	21,3	129,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	176
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	27,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		500	10,76	9	84,61	432,2
<b>Итого за день</b>		500	10,76	9	84,61	432,2

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



23.01.2025 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 98 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
976	Яблоки свежие	110	4,4	4	107,8	806,7
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		550	14,97	15	172,99	1 198,5
<b>Итого за день</b>		550	14,97	15	172,99	1 198,5

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



24.01.2025 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 98 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с	220	19,48	22	37,7	320,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	25,5	25	89,57	593,9
<b>Итого за день</b>		500	25,5	25	89,57	593,9

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



25.01.2025 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Завтрак 98 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 066.01	**Сырники	70	4,9	4	10,67	105,5
1 142	Повидло	30	0,03		4,92	20,3
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	5	28,63	194,1
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		500	14,62	11	80,62	486,4
<b>Итого за день</b>		500	14,62	11	80,62	486,4

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

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

20.01.2025 (понедельник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
921	Какао с молоком, Хрутка	200	2,87	4	13,08	190
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>460</b>	<b>16,72</b>	<b>17</b>	<b>68,33</b>	<b>522,8</b>
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	17,42	110,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>25,15</b>	<b>36</b>	<b>103,84</b>	<b>761,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 161</b>	<b>41,87</b>	<b>53</b>	<b>172,17</b>	<b>1 284,7</b>

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

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

21.01.2025 (вторник)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,09	9	28,82	264
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>490</b>	<b>14,12</b>	<b>14</b>	<b>75,51</b>	<b>523,1</b>
<b>Обед</b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	**Котлета куриная Особая	90	12	10		162
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	220,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>746</b>	<b>28,92</b>	<b>27</b>	<b>87,3</b>	<b>813,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 236</b>	<b>43,04</b>	<b>41</b>	<b>162,81</b>	<b>1 337</b>

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

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

22.01.2025 (среда)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,01	**Блины	60	3,3	3	21,3	129,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	5	30,45	158,4
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>12,14</b>	<b>10</b>	<b>91,43</b>	<b>467,9</b>
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>33</b>	<b>36</b>	<b>114,33</b>	<b>787,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 201</b>	<b>45,14</b>	<b>46</b>	<b>205,76</b>	<b>1 255,7</b>

Согласовано:  
 Директор МБОУ ГМО СО "СОШ № 1" имени  
 Герои Советского Союза Н.В. Кологойды  
 Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



23.01.2025 (четверг)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ идентификатора	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
976	Яблоки свежие	110	4,4	4	107,8	806,7
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>14,97</b>	<b>15</b>	<b>172,99</b>	<b>1 198,5</b>
<b>Обед</b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	8	27,17	210
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>17,02</b>	<b>24</b>	<b>96,66</b>	<b>674,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 251</b>	<b>31,99</b>	<b>39</b>	<b>269,65</b>	<b>1 872,9</b>

Согласовано:  
 Директор МБОУ ГМО СО "СОШ № 1" имени  
 Герои Советского Союза Н.В. Кологойды  
 Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



24.01.2025 (пятница)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ идентификатора	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	220	19,48	22	37,7	320,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>25,5</b>	<b>25</b>	<b>89,57</b>	<b>593,9</b>
<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	**Шницель из мяса птицы	90	3,3	6	19,99	150,1
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>706</b>	<b>17,65</b>	<b>24</b>	<b>106,31</b>	<b>669,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 206</b>	<b>43,15</b>	<b>49</b>	<b>195,88</b>	<b>1 263,6</b>

Согласовано:  
 Директор МБОУ ГМО СО "СОШ № 1" имени  
 Герои Советского Союза Н.В. Кологойды  
 Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



25.01.2025 (суббота)

**Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 226 руб**

№ идентификатора	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,01	**Сырники	70	4,9	4	10,67	103,5
1 142	Повидло	30	0,03		4,92	20,3
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	5	28,63	194,1
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>14,62</b>	<b>11</b>	<b>80,62</b>	<b>486,4</b>
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230	1,75	5	8,46	126,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>27,87</b>	<b>32</b>	<b>97,58</b>	<b>763,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 201</b>	<b>42,49</b>	<b>43</b>	<b>178,2</b>	<b>1 250</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



20.01.2025 (понедельник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	17,42	110,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,08	25	3,47	216,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>25,15</b>	<b>36</b>	<b>103,84</b>	<b>761,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>701</b>	<b>25,15</b>	<b>36</b>	<b>103,84</b>	<b>761,9</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



21.01.2025 (вторник)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	**Котлета куриная Особая	90	12	10		162
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	220,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>746</b>	<b>28,92</b>	<b>27</b>	<b>87,3</b>	<b>813,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>746</b>	<b>28,92</b>	<b>27</b>	<b>87,3</b>	<b>813,9</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



22.01.2025 (среда)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 039	Суп с вермишелью	200	4,94	2	13,95	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	8,41	208,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>33</b>	<b>36</b>	<b>114,33</b>	<b>787,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>701</b>	<b>33</b>	<b>36</b>	<b>114,33</b>	<b>787,8</b>

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



23.01.2025 (четверг)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	8	27,17	210
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>701</b>	<b>17,02</b>	<b>24</b>	<b>96,66</b>	<b>674,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>701</b>	<b>17,02</b>	<b>24</b>	<b>96,66</b>	<b>674,4</b>

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



24.01.2025 (пятница)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	**Шницель из мяса птицы	90	3,3	6	19,99	150,1
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>706</b>	<b>17,65</b>	<b>24</b>	<b>106,31</b>	<b>669,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>706</b>	<b>17,65</b>	<b>24</b>	<b>106,31</b>	<b>669,7</b>

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



25.01.2025 (суббота)

### Полевской ШУ 1-4кл Обед 128 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230	1,75	5	8,46	126,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>696</b>	<b>27,45</b>	<b>32</b>	<b>95,16</b>	<b>750,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>696</b>	<b>27,45</b>	<b>32</b>	<b>95,16</b>	<b>750,7</b>

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

20.01.2025 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 98 р род пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
921	Какао с молоком, Хрутка	200	2,87	4	13,08	190
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		460	16,72	17	68,33	522,8
<b>Итого за день</b>		460	16,72	17	68,33	522,8

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

21.01.2025 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 98 р род пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,92	11	32,75	300
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		520	14,95	16	79,44	559,1
<b>Итого за день</b>		520	14,95	16	79,44	559,1

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

22.01.2025 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 98 р род пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,01	**Блинчики	60	3,3	3	21,3	129,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	176
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		510	11,83	10	89,96	459,6
<b>Итого за день</b>		510	11,83	10	89,96	459,6

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



23.01.2025 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 98 р род пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
976	Яблоки свежие	110	4,4	4	107,8	806,7
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>14,97</b>	<b>15</b>	<b>172,99</b>	<b>1 198,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>14,97</b>	<b>15</b>	<b>172,99</b>	<b>1 198,5</b>

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



24.01.2025 (пятница)

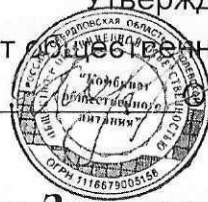
### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 98 р род пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с	240	21,25	24	41,12	349,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>27,27</b>	<b>27</b>	<b>92,99</b>	<b>623</b>
<b>Итого за день</b>		<b>520</b>	<b>27,27</b>	<b>27</b>	<b>92,99</b>	<b>623</b>

Согласовано:

Директор МБОУ ПМО СО "СОШ № 1" имени  
Героя Советского Союза Н.В. Кологойды  
Н.В. Григорьева

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



25.01.2025 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Завтрак 98 р род пл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 066,01	**Сырники	70	4,9	4	10,67	105,5
1 142	Повидло	30	0,03		4,92	20,3
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	7,91	7	39,37	266,9
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>16,78</b>	<b>13</b>	<b>91,36</b>	<b>559,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>560</b>	<b>16,78</b>	<b>13</b>	<b>91,36</b>	<b>559,2</b>



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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



20.01.2025 (понедельник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	10,01	11	34,85	226,2
921	Какао с молоком, Хрутка	200	2,87	4	13,08	190
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		460	16,72	17	68,33	522,8
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	21,77	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,21	28	3,86	240,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		776	26,62	42	108,55	815,8
<b>Итого за день</b>		1 236	43,34	59	176,88	1 338,6

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



21.01.2025 (вторник)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,92	11	32,75	300
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		520	14,95	16	79,44	559,1
<b>Обед</b>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	**Котлета куриная Особая	90	12	10		162
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	264,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		826	30,29	29	95,77	887,5
<b>Итого за день</b>		1 346	45,24	45	175,21	1 446,6

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



22.01.2025 (среда)

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 330,01	**Блинчики	60	3,3	3	21,3	129,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	220	5,96	6	37,22	193,6
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		540	13,22	11	98,2	503,1
<b>Обед</b>						
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	23	9,34	231,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		776	35,37	40	118,94	838,9
<b>Итого за день</b>		1 316	48,59	51	217,14	1 342

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



23.01.2025 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
976	Яблоки свежие	110	4,4	4	107,8	806,7
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	7,4	10	31,67	243,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>570</b>	<b>15,64</b>	<b>16</b>	<b>175,87</b>	<b>1 220,7</b>
<b>Обед</b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	180	3,97	10	32,61	252
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>771</b>	<b>18,15</b>	<b>26</b>	<b>101,28</b>	<b>716,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 341</b>	<b>33,79</b>	<b>42</b>	<b>277,15</b>	<b>1 936,8</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



24.01.2025 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	15,47	103,4
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	240	21,25	24	41,12	349,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>27,27</b>	<b>27</b>	<b>92,99</b>	<b>623</b>
<b>Обед</b>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	**Шницель из мяса птицы	90	3,3	6	19,99	150,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>796</b>	<b>20,6</b>	<b>29</b>	<b>122,42</b>	<b>771,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 316</b>	<b>47,87</b>	<b>56</b>	<b>215,41</b>	<b>1 394,2</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



25.01.2025 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 241 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 066,01	**Сырники	70	4,9	4	10,67	105,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	7,91	7	39,37	266,9
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>16,77</b>	<b>13</b>	<b>89,72</b>	<b>552,4</b>
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	5	9,2	137,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	230	21,4	26	44,49	436,7
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>726</b>	<b>28,4</b>	<b>34</b>	<b>94,42</b>	<b>772,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 276</b>	<b>45,17</b>	<b>47</b>	<b>184,14</b>	<b>1 324,6</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



20.01.2025 (понедельник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	21,77	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,21	28	3,86	240,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>776</b>	<b>26,62</b>	<b>42</b>	<b>108,55</b>	<b>815,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>776</b>	<b>26,62</b>	<b>42</b>	<b>108,55</b>	<b>815,8</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



21.01.2025 (вторник)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	99,3
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	**Котлета куриная Особая	90	12	10		162
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	264,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>826</b>	<b>30,29</b>	<b>29</b>	<b>95,77</b>	<b>887,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>826</b>	<b>30,29</b>	<b>29</b>	<b>95,77</b>	<b>887,5</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



22.01.2025 (среда)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	**Птица, тушеная в соусе красном с овощами	100	18,73	23	9,34	231,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	64,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>791</b>	<b>36,86</b>	<b>40</b>	<b>126,71</b>	<b>879,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>791</b>	<b>36,86</b>	<b>40</b>	<b>126,71</b>	<b>879,2</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



23.01.2025 (четверг)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 027,09	**Шницель мясной Домашний	90	1,23	12	1,82	122,1
995	Пюре картофельное	180	3,97	10	32,61	252
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>781</b>	<b>19,22</b>	<b>26</b>	<b>106,63</b>	<b>743,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>781</b>	<b>19,22</b>	<b>26</b>	<b>106,63</b>	<b>743,5</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



24.01.2025 (пятница)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 319,01	**Шницель из мяса птицы	90	3,3	6	19,99	150,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
<b>Итого за Обед</b>		<b>796</b>	<b>20,6</b>	<b>29</b>	<b>122,42</b>	<b>771,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>796</b>	<b>20,6</b>	<b>29</b>	<b>122,42</b>	<b>771,2</b>

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

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



25.01.2025 (суббота)

### Полевской ШУ 5-11кл Обед 143 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	5	9,2	137,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 020	**Плов с мясом птицы	230	21,4	26	44,49	436,7
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>746</b>	<b>30,32</b>	<b>34</b>	<b>104,62</b>	<b>825,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>746</b>	<b>30,32</b>	<b>34</b>	<b>104,62</b>	<b>825,5</b>