

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"
Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
А.С. Гергало
10.10.2022 (понедельник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	150	6,36	7	28,47	216,9
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		530	11,67	13	80,56	504,3

Обед						
992	Салат Здоровье	60	0,73	6	4,57	77,3
84	Суп картофельный со сметаной	200	1,4	3	11,57	75,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28	328,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		705	28,56	31	77,91	705,4
Итого за день		1 235	40,23	44	158,47	1 209,7

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"
Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
А.С. Гергало
11.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09	196,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4	18,1
997	Картофель тушеный	150	3,17	10	28,29	213,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	23,68	26	56,23	586,4

Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 131	Шницель из мяса	90	14,38	13	11,72	225,5
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	26,21	25	88,55	705,3
Итого за день		1 245	49,89	51	144,78	1 291,7

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"
Е.Н. Птухина

Утверждаю: директор
ООО "Азбука питания"
А.С. Герасило
12.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	8,93	6	25,53	197,9
891	Омлет запеченный или паровой	130	11,26	17	0,71	200,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
976.03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	23,28	24	65,91	592,8
Обед						
820.03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	60	0,89	5	5,19	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		755	29,41	35	101,59	840,5
Итого за день		1 275	52,69	59	167,5	1 433,3

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"
Е.Н. Птухина

Утверждаю: директор
ООО "Азбука питания"
А.С. Герасило
13.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
836.01	Огурцы малосольные порционно	30	0,24		0,78	4,2
1 075	Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
Итого за Завтрак		500	23,97	25	78,97	587,6
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
390	Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48	70,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	23,44	21	88,47	727,4
Итого за день		1 200	47,41	46	167,44	1 315

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"
Е.Н. Птухина

Утверждаю: директор
ООО "Азбука питания"
А.С. Гергало
14.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 050	Бефстроганов*	90	11,36	20	4,91	253,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Завтрак		500	21,78	31	87,62	732,5
Обед						
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	238,3
999	Капуста тушеная.	150	3,59	7	14,24	128
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,91		12,47	61,6
Итого за Обед		700	26,59	28	80,67	654
Итого за день		1 200	48,37	59	168,29	1 386,5

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"
Е.Н. Птухина

Утверждаю: директор
ООО "Азбука питания"
А.С. Гергало
15.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	150	16,47	12	22,89	268,5
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98	35,6
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		500	23,82	16	73,88	553,1
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	150	5,18	9	29,97	221,9
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6	104
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		735	22,9	32	110,63	800,4
Итого за день		1 235	46,72	48	184,51	1 353,5

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023