

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

17.10.2022 (подпись)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64	62
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		580	12,1	20	75,97	541,6
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
139,01	Суп картофельный с фасолью	200	4,01	2	14,05	93,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78	342,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73	95,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98	49,3
Итого за Обед		745	50,58	37	96,54	844,2
Итого за день		1 325	62,68	57	172,51	1 385,8

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Сергало

18.10.2022 (вторник)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

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

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

19.10.2022 (среда)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,15	148,4
891	Омлет запеченный или паровой	110	9,53	14	0,6	170
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		500	20,17	20	63,67	538,3
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,56	8,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
928	Компот из смеси сухофруктов	200	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	29,91	30	99,38	798
Итого за день		1 240	50,08	50	163,05	1 336,3

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

20.10.2022 (четверг)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44	227,1
1 142	Повидло	25	0,02		4,1	16,9
971	Чай ягодный	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		520	21,49	12	71,96	507,3

Обед

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		1 240	43,23	30	187	1 282,2

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

21.10.2022 (пятница)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

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	2,98	4	24,17	148,2
Итого за Завтрак		500	11,11	9	79,67	497,9

Обед

1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	2,35	5	11,21	96,5
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63	110,2
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,32		16,46	69,7
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	16,51	17	69,72	583,6
Итого за день		1 200	27,62	26	149,39	1 081,5

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

22.10.2022 (суббота)

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81	157,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		600	19,84	19	76,63	527,6
<u>Обед</u>						
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	60	1,97	6	1,4	71,5
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	8,71	20	11,83	337,4
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
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	18,69	40	79,95	876,4
Итого за день		1 365	38,53	59	156,58	1 404

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023