

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Стергалю



Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	250	7,56	11	35,65
854	Чай с молоком	200	1,37	2	10,64
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		630	13,61	22	83,1

Обед

836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59
139,01	Суп картофельный с фасолью	250	5,02	3	17,56
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	40,28	32	3,09
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16
925	Напиток апельсиновый*	200	0,2		25,73
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
Итого за Обед		875	57,12	42	108,59
Итого за день		1 505	70,73	64	191,69

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Стергалю



Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93



дельник)

)

ЭЦ ккал

151,1
275,4
62
51,8
56,4
596,7

14
116,4
11,8
380,6
254,5
95,8
31,3
49,3
953,7
1 550,4



торник)

)

ЭЦ ккал

227,2

600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48
1 442	Овощной микс	50	0,61	4	4,02
828	Чай с сахаром*	200			14,97
894,01	Хлеб пшеничный.	20	2,13	1	8,71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
Итого за Завтрак		550	28,33	34	73,01

Обед

1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	1,83	6	10,37
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
893,01	Жаркое по-домашнему	225	21,98	22	19,11
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
941	Сдоба обыкновенная	80	7,57	4	47,32
Итого за Обед		800	34,54	34	100,9
Итого за день		1 350	62,87	68	173,91

Согласовано:

МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

А.С. Терентьев

19.10.2022

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

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

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	30	6,7	5	19,15
891	Омлет запеченный или паровой	160	13,86	21	0,87
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		540	23,65	27	59,69

Обед

836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	7,82	5	33,42
1 105	Гуляш из курицы	100	17,02	22	3,51
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37

18,1
204,2
52,4
59,9
54,8
51,8
668,4

100,9
11,8
366,1
60,5
47
51,8
237
875,1
1 543,5


2 (среда)

ЭЦ ккал

148,4
247,3
77,7
59,9
56,4
589,7

14
213,6
225,1
245,1

928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
Итого за Обед		870	34,64	34	113,34
Итого за день		1 410	58,29	61	173,03

Согласовано:
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Тергалло

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

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

Завтрак

1 073	Пудинг творожно-манный	160	20,88	14	23,25
1 142	Повидло	35	0,03		5,74
971	Чай ягодный	200			14,97
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63
976,03	Фрукт	140	0,56	1	13,72
Итого за Завтрак		590	26,8	17	81,37

Обед

1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
445	Гребешок с повидлом	60	0,93	3	8,39
Итого за Обед		855	24,78	24	134,55
Итого за день		1 445	51,58	41	215,92

Согласовано:
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Тергалло

115,7
47
49,3
909,8
1 499,5


четверг)

ЭЦ ккал

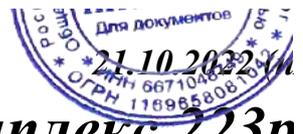
302,8
23,7
59,9
82,2
64,8
65,8
599,2

130,1
11,8
201,2
18,1
254,5
115,7
47
49,3
67,9
895,6
1 494,8





Н/В



Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
Завтрак					
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,04	4	40,04
828	Чай с сахаром*	200			14,97
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
678,01	Бисквит яблочный	80	2,98	4	24,17
Итого за Завтрак		550	12,72	9	87,68

Обед					
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	2,94	6	14,01
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	8	6	5,63
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,32		16,46
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
1 190	Ватрушка с творогом*	60	5,7	6	18,49
Итого за Обед		830	23,53	25	95,5
Итого за день		1 380	36,25	34	183,18

Согласовано:
 МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

 Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"

 А.С. Тергалю



Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
Завтрак					
966	Голубцы ленивые из мяса кур	90	12,13	13	5,81
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76

ятница)

)

ЭЦ ккал

297,5
59,9
51,8
148,2
557,4

120,6
110,2
224,9
69,7
47
49,3
149,7
771,4
1 328,8

суббота)

)

ЭЦ ккал

157,6
10,4
212
59,9
31,3
56,4

Итого за Завтрак		600	19,84	19	76,63
<u>Обед</u>					
1 099	Салат Лужок из свежих огурцов с морковью, яйцом, маслом растительным	100	3,29	10	2,33
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	5	9,23
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	100	9,68	22	13,14
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5
911,01	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55
912	Компот из свежих яблок.	200	0,16		23,88
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	0,15		0,98
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
Итого за Обед		895	22,02	48	88,63
Итого за день		1 495	41,86	67	165,26

527,6

119,2

92,2

11,8

374,9

10,4

211,5

99,1

47

49,3

1 015,4

1 543

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023