

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е. Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А. С. Теряло

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
Завтрак					
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19
302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		580	13,77	14	102,56

Обед					
992	Салат Здоровье	100	1,22	10	7,62
84	Суп картофельный со сметаной	250	1,76	3	14,46
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 071	Рагу из птицы	200	23,15	21	23,28
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
Итого за Обед		805	29,49	35	84,35
Итого за день		1 385	43,26	49	186,91

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е. Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А. С. Теряло

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
Завтрак					
1 027	Биточек "Уральский" мясо-капустный	90	18,32	13	2,09
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4



дельник)

)

ЭЦ ккал

117,2
306
88,1
51,8
56,4
619,5

128,8
94,7
11,8
328,5
115,7
70,5
49,3
799,3
1 418,8



торник)

)

ЭЦ ккал

196,1
18,1

997	Картофель тушеный	180	3,8	11	33,94
828	Чай с сахаром*	200			14,97
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	30	0,23		1,48
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
Итого за Завтрак		550	25,24	27	66,63

Обед

836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		2,59
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,39	7	11,71
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 131	Шницель из мяса	100	15,98	15	13,02
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37
917,02	Компот из ягод	200			19,96
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
1 182	Манник	50	2,93	2	29,81
Итого за Обед		925	32,68	32	128,92
Итого за день		1 475	57,92	59	195,55

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е. Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А. С. Ерило

26.10.202

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	165	14,29	22	0,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
1 147	Хлеб ржаной.	35	2,98	1	14,88
976,03	Фрукт	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		550	24,51	28	61,85

Обед

820,03	Салат из белокочанной капусты и сладким перцем	100	1,48	8	8,65
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59

256,2
59,9
70,5
77,7
678,5

14
118,8
11,8
250,6
245,1
79,8
31,3
49,3
151,9
952,6
1 631,1


2 (среда)

)

ЭЦ ккал

148,4
255
59,9
90,7
56,4
610,4

115,9
121
56,4

1 079	Птица, тушеная в соусе красном с	100	18,73	23	0,93
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43
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		885	33,56	42	115,5
Итого за день		1 435	58,07	70	177,35

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е. Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А. С. Егоров

27.10.2022

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

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

Завтрак

836,01	Огурцы малосольные порционно	60	0,48		1,56
1 075	Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	35	1,84		11,27
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88
Итого за Завтрак		550	25,83	26	85,43

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 028	Котлета рыбная	100	15,35	10	11,81
995	Пюре картофельное	180	4,89	7	29,95
390	Компот из свежих плодов	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
948	Шаньга со сметаной*	60	5,24	3	34,67
Итого за Обед		835	31,1	27	130,08
Итого за день		1 385	56,93	53	215,51

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е. Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А. С. Егоров

231,4
254,5
101,2
47
49,3
976,7
1 587,1

четверг)

)

ЭЦ ккал

8,4
417,7
59,9
54,8
90,7
631,5

148,7
11,8
197,9
224,9
99,1
47
49,3
189,2
967,9
1 599,4





28.10

**Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р**

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

Завтрак

1 050	Бефстроганов*	100	12,62	22	5,46
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,86	7	35,37
828	Чай с сахаром*	200			14,97
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76
Итого за Завтрак		550	25,03	34	98,31

Обед

1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	3,93	4	19,73
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44
999	Капуста тушеная.	180	4,3	8	17,09
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
838	Крендель песочный с сахаром	60	5,14	11	46,11
Итого за Обед		835	34	43	129,41
Итого за день		1 385	59,03	77	227,72

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е. Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А. С. Теряло

Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

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

Завтрак

1 297	Запеканка рисовая с творогом	200	21,95	16	30,52
674	Яблоки печеные.	50	0,19		7,98
1 142	Повидло	40	0,04		6,56
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75

ятница)

)

ЭЦ ккал

282
245,1
59,9
77,7
162,8
827,5

133,5
11,8
264,8
153,6
60,5
31,3
49,3
302,9
1 007,7
1 835,2

суббота)

)

ЭЦ ккал

358
35,6
27,1
88,1
82,2
77,7

Итого за Завтрак		550	29,29	20	88,05
-------------------------	--	-----	-------	----	-------

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21
1 049	Суп-пюре из гороха	250	6,99	3	19,81
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	8,38	19	10,35
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	180	6,22	11	35,96
707,01	Сок натуральный*	200	0,6		32,6
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
Итого за Обед		865	26,55	39	122,5
Итого за день		1 415	55,84	59	210,55

668,7

71,7
131,1
56,4
245,5
266,2
104
49,3
924,2
1 592,9

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023