

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Тергалю

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак					
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		580	12,09	20	82,51

Обед					
1 443	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,78	5	4,74
139	Суп картофельный с бобовыми	200	3,86	4	15,35
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	36,25	29	2,78
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96
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		745	50,73	44	101,02
Итого за день		1 325	62,82	64	183,53

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Тергалю

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак					
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,81	4	19,65



дельник)

б

ЭЦ ккал

151,1
220,3
88,1
51,8
56,4
567,7

65,9
112,4
11,8
342,5
212
95,8
31,3
49,3
921
1 488,7



торник)

б

ЭЦ ккал

227,2
18,1
136,2

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		500	26,42	32	63,18

Обед

1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	220	2,15	6	12,66
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	40	0,3		1,97
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88
Итого за Обед		700	26,27	28	61,11
Итого за день		1 200	52,69	60	124,29

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

30.11.2022

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,67	5	21,88
892	Омлет с картофелем	120	8,16	16	9,42
897	Хлеб пшеничный	40	4,27	2	17,42
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
975	Мандарины	100	0,8		7,5
Итого за Завтрак		500	19,96	23	71,38

Обед

1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	0,96	4	5,67
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48
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		740	30,39	34	103,49
Итого за день		1 240	50,35	57	174,87

52,4
59,9
54,8
51,8
600,4

101,8
11,8
325,4
60,5
94
90,7
684,2
1 284,6



2 (среда)

б

ЭЦ ккал

157,1
219
109,6
59,9
38
583,6

63,8
170,8
202,6
204,2
115,7
47
49,3
853,4
1 437

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Тергалю

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак					
1 073	Пудинг творожно-манный	120	15,66	10	17,44
1 142	Повидло	20	0,02		3,28
971	Чай ягодный	200			14,97
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		515	21,49	12	71,14

Обед					
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 107	Биточек рыбный	90	11,93	8	14,3
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,34	2	1,4
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9
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	25	1,91		12,47
Итого за Обед		720	21,74	18	115,04
Итого за день		1 235	43,23	30	186,18

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Птухина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Тергалю

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак					
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03
828	Чай с сахаром*	200			14,97
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5



четверг)

б

ЭЦ ккал

227,1
13,5
59,9
82,2
64,8
56,4
503,9

104,1
11,8
181,1
18,1
212
115,7
70,5
61,6
774,9
1 278,8



ятница)

б

ЭЦ ккал

238
59,9
51,8

678,01	Бисквит яблочный	80	4,02	12	28,63
Итого за Завтрак		500	12,15	17	84,13

Обед

1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	3,8	6	12,49
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	10,02	12	6,87
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,32		18,45
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		700	19,98	24	74,23
Итого за день		1 200	32,13	41	158,36

Согласовано: директор
МБОУ ПГО "ООШ с. Мраморское"

Е.Н. Пугина

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

А.С. Тергалю

Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

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

Завтрак

966	Голубцы ленивые из мяса кур	60	8,09	9	3,87
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
975	Мандарины	100	0,8		7,5
Итого за Завтрак		550	16,12	15	70,43

Обед

817	Маринад овощной	60	1,11	6	6,83
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	8,71	20	11,83
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96
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		765	17,83	40	85,38
Итого за день		1 315	33,95	55	155,81

171,3
521

113,7
151
187,4
77,7
70,5
49,3
649,6
1 170,6


суббота)

б

ЭЦ ккал

105,1
10,4
212
59,9
31,3
38
456,7

84,6
73,7
11,8
337,4
10,4
176,2
99,1
47
49,3
889,5
1 346,2

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023