

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	100	1,75	5	9,94
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
<b>Итого за Обед</b>		805	30,02	30	86,67
<b>Итого за день</b>		805	30,02	30	86,67

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4
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
<b>Итого за Обед</b>		925	34,12	40	136,73
<b>Итого за день</b>		925	34,12	40	136,73

  
*дельник)*

ЭЦ ккал

94,3
94,7
11,8
328,5
115,7
70,5
49,3
764,8
764,8

  
*торник)*

ЭЦ ккал

133,6
118,8
11,8
250,6
245,1
79,8
31,3
49,3
151,9
1 072,2
1 072,2

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	1,29	7	7,85
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	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
<b>Итого за Обед</b>		885	33,37	41	114,7
<b>Итого за день</b>		885	33,37	41	114,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Обед</u>					
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
<b>Итого за Обед</b>		835	31,1	27	130,08
<b>Итого за день</b>		835	31,1	27	130,08



**2 (среда)**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

101,9
121
56,4
231,4
254,5
101,2
47
49,3
962,7
962,7



**четверг)**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

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

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b>Обед</b>					
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	167,38	190	154,44
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
<b>Итого за Обед</b>		835	184,64	214	268,41
<b>Итого за день</b>		835	184,64	214	268,41

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Обед 133 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b>Обед</b>					
25	Салат "Степной" из разных овощей	100	1,39		7,23
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	83,79	188	103,5
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
<b>Итого за Обед</b>		865	102,42	202	220,67
<b>Итого за день</b>		865	102,42	202	220,67

  
**ятница)**

**ЭЦ ккал**

133,5
11,8
2 647,6
153,6
60,5
31,3
49,3
302,9
3 390,5
3 390,5

  
**суббота)**

**ЭЦ ккал**

36,8
131,1
56,4
2 454,9
266,2
104
49,3
3 098,7
3 098,7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023