

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>12,09</b>	<b>20</b>	<b>82,51</b>

<b>Обед</b>					
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	12,16	15	2,78
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
<b>Итого за Обед</b>		<b>745</b>	<b>26,9</b>	<b>30</b>	<b>102,78</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 325</b>	<b>38,99</b>	<b>50</b>	<b>185,29</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b>Завтрак</b>					
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
198,4
212
115,7
31,3
49,3
796,8
1 364,5



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
<b>Итого за Завтрак</b>		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
<b>Итого за Обед</b>		700	26,27	28	61,11
<b>Итого за день</b>		1 200	52,69	60	124,29

Согласовано: \_\_\_\_\_



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



***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	110	0,88		8,25
<b>Итого за Завтрак</b>		510	20,04	23	72,13

**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
925	Напиток апельсиновый.	200	0,2		25,73
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>		740	30,13	34	101,73
<b>Итого за день</b>		1 250	50,17	57	173,86

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



**3 (среда)**

**б**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

157,1
219
109,6
59,9
41,8
587,4

63,8
170,8
202,6
204,2
95,8
47
49,3
833,5
1 420,9

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру

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

### Завтрак

1 073	Пудинг творожный	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>515</b>	<b>21,49</b>	<b>12</b>	<b>71,14</b>

### 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>720</b>	<b>21,74</b>	<b>18</b>	<b>115,04</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 235</b>	<b>43,23</b>	<b>30</b>	<b>186,18</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## 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
<b>Итого за Завтрак</b>		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
<b>Итого за Обед</b>		700	19,98	24	74,23
<b>Итого за день</b>		1 200	32,13	41	158,36

Согласовано: \_\_\_\_\_



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

*(Handwritten signature)*



***Полевской ШУ 1-4кл Комплекс 208 ру***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	110	0,88		8,25
<b>Итого за Завтрак</b>		560	16,2	15	71,18

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
<b>Итого за Обед</b>		765	17,83	40	85,38
<b>Итого за день</b>		1 325	34,03	55	156,56

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
41,8
460,5

84,6
73,7
11,8
337,4
10,4
176,2
99,1
47
49,3
889,5
1 350

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023