

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b>Завтрак</b>					
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19
302	Каша пшеничная молочная вязкая 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	Яблоки свежие	120	0,48		11,76
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>13,77</b>	<b>14</b>	<b>102,56</b>

<b>Обед</b>					
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,9	9	7,7
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>		<b>805</b>	<b>30,17</b>	<b>34</b>	<b>84,43</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 385</b>	<b>43,94</b>	<b>48</b>	<b>186,99</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

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



**дельник)**

)

ЭЦ ккал
---------

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

119
94,7
11,8
328,5
115,7
70,5
49,3
789,5
1 409



**торник)**

)

ЭЦ ккал
---------

196,1
18,1
256,2
59,9
70,5

1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Завтрак</b>		550	25,24	27	66,63

Обед

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	14,78	24	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	1,52		9,84
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	33,39	49	140,13
<b>Итого за день</b>		1 475	58,63	76	206,76

Согласовано: \_\_\_\_\_



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

А.С. Гергалю

09.03.2023

## *Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р*

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

Завтрак

819,02	Горошек зеленый отварной	60	1,79	3	3,75
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	2,66		17,22
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88
<b>Итого за Завтрак</b>		550	27,96	29	93,57

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
<b>Итого за Обед</b>		835	31,1	27	130,08
<b>Итого за день</b>		1 385	59,06	56	223,65

77,7
678,5

133,6
118,8
11,8
354,8
245,1
79,8
47
49,3
151,9
1 192,1
1 870,6

  
*четверг)*

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

50,1
417,7
59,9
82,3
90,7
700,7

148,7
11,8
197,9
224,9
99,1
47
49,3
189,2
967,9
1 668,6

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

*[Handwritten signature]*



## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b>Завтрак</b>					
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
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	<b>25,23</b>	<b>31</b>	<b>81,61</b>
<b>Обед</b>					
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,16	4	19,27
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	1,52		9,84
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,53		9,98
838	Крендель песочный с сахаром	60	4,71	11	44,87
<b>Итого за Обед</b>		<b>835</b>	<b>34,27</b>	<b>43</b>	<b>131,11</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 375</b>	<b>59,5</b>	<b>74</b>	<b>212,72</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

*[Handwritten signature]*



## Полевской ШУ 5-11кл Комплекс 223р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b>Завтрак</b>					
1 297	Запеканка из творога с рисом	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

ятница)

)

ЭЦ ккал
---------

282
245,1
59,9
82,2
77,7
746,9

145,9
11,8
264,8
153,6
60,5
47
49,3
292,8
1 025,7
1 772,6

суббота)

)

ЭЦ ккал
---------

358
35,6
27,1
88,1

897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>29,29</b>	<b>20</b>	<b>88,05</b>

**Обед**

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	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>27,01</b>	<b>33</b>	<b>127,52</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 415</b>	<b>56,3</b>	<b>53</b>	<b>215,57</b>

82,2
77,7
668,7

36,8
131,1
56,4
245,5
266,2
104
49,3
889,3
1 558

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 646116746743375933883833707902081325236681597634

Владелец Птухина Елена Николаевна

Действителен с 01.03.2023 по 29.02.2024