

Согласовано

И.о. директора ГБОУ СО "Полевская школа"

А.С. Ермакова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

И.о. директора

23.10.2023 (подпись)

Полевская школа Комплекс 11-18 лет 198р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г.	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	13,33	13	80,16	506,2
Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		775	36,17	19	113,74	785,1
Итого за день		1 345	49,5	32	193,9	1 291,3

Согласовано

И.о. директора ГБОУ СО "Полевская школа"

А.С. Ермакова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

[Подпись]



24.10.2023 (вторник)

Полевская школа Комплекс 11-18 лет 198р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 308	**Котлета куриная	90	16,41	21	0,18	182,9
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		530	29,36	30	83,91	657,6
Обед						
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	260	3,94	8	18,04	153,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	250	15,19	35	31,01	497,9
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	45	3,65		21,96	108,9
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		800	27,44	45	102,9	936,7
Итого за день		1 330	56,8	75	186,81	1 594,3

Согласовано

И.о. директора ГБОУ СО "Полевская школа"

А.С. Ермакова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"



25.10.2023 (среда)

Полевская школа Комплекс 11-18 лет 198р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4	0,22	50,2
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		510	20,15	14	107,26	579
Обед						
1 024	Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью	100	1,6	5	10,09	93,9
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	250	4,65	3	19,88	127,1
1 024	**Гуляш из мяса птицы	100	18,82	7	6,59	255,4
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73	105,2
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		870	32,54	22	107,06	859
Итого за день		1 380	52,69	36	214,32	1 438

Согласовано

И.о. директора ГБОУ СО "Полевская школа"

А.С. Ермакова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

[Подпись]



Полевская школа Комплекс 11-18 лет 198р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	280	11,86	11	61,51	428,5
971	Чай ягодный	200	0,1		14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
Итого за Завтрак		550	17,08	17	108,41	698,5
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	158
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89	201,2
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		815	28,25	22	128,43	900,6
Итого за день		1 365	45,33	39	236,84	1 599,1

Согласовано

И.о. директора ГБОУ СО "Полевская школа"

А.С. Ермакова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

"АЗБУКА
ПИТАНИЯ"

Для документов

27.10.2023

Мягкая

Полевская школа Комплекс 11-18 лет 198р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
10	Бутерброд горячий с сыром	40	5,41	8	9,87	131,3
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,43	4	32,03	238
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		590	14,75	12	83,27	558,2
Обед						
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
907	Тефтели мясные с луком	100	14,01	14	13,84	239,1
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
1 000	Каша перловая рассыпчатая	180	5,63	6	40,17	239,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		805	27,51	27	123,89	865,3
Итого за день		1 395	42,26	39	207,16	1 423,5