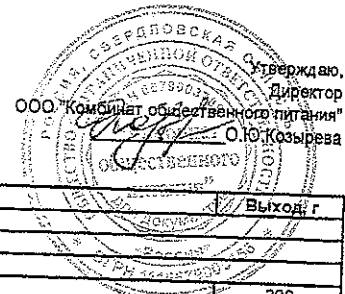


Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

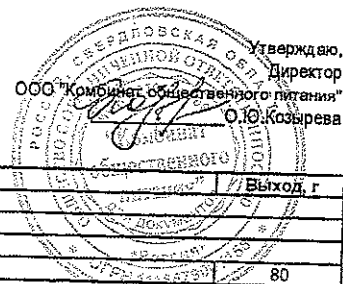
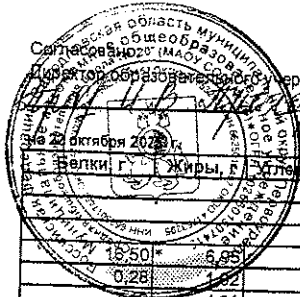
Вит. С	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
5,96	7,15	33,27	236,91	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	210
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	60
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	200
						30
Обед						
1,05	3,11	5,95	58,16	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	
4,70	4,43	17,18	133,31	139	Суп картофельный с бобовыми	60
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	200
16,74	17,96	0	191,66	1308,02	Биточек куриный	20
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	90
6,34	4,33	37,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
50,34	46,39	229,76	1 629,90			20
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
5,90	7,15	33,27	236,91	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	210
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	60
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	200
14,60	13,92	107,23	628,88			30
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
7,31	8,85	41,19	293,32	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	260
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	60
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	200
						30
Обед						
1,75	5,19	9,91	93,60	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	
5,88	5,54	21,48	166,64	139	Суп картофельный с бобовыми	100
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	250
16,74	18,40	8,00	195,26	1308,17	Биточек куриный.	20
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	100
7,61	5,20	45,44	262,14	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
66,84	52,97	266,62	1 731,52			25
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
7,31	8,85	41,19	293,32	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	260
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	60
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	200
18,00	15,62	115,15	686,30			30
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,75	5,19	9,91	93,60	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	
5,88	5,54	21,48	166,64	139	Суп картофельный с бобовыми	100
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	250
16,74	18,40	8,00	195,26	1308,17	Биточек куриный.	20
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	100
7,61	5,20	45,44	262,14	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
39,84	37,35	151,46	1 046,22			25
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
1,05	3,11	5,95	58,16	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	
4,70	4,43	17,18	133,31	139	Суп картофельный с бобовыми	60
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	200
16,74	17,96	0	191,66	1308,02	Биточек куриный	20
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	90
6,34	4,33	37,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
35,74	32,47	122,53	801,01			20

Технолог:



Болки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217 руб						
Завтрак						
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	85
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
Обед						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	20
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	60
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свиной	200
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	220
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
52,44	96,61	202,68	1 607,87			20
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	85
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
25,61	49,54	86,35	697,90			20
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
24,19	27,15	7,82	366,31	891	Омлет запеченный или паровой	
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	240
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	85
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
Обед						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	25
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	100
20,12	46,08	60,98	639,35	1018	Плов со свиной	250
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	250
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
61,92	108,54	223,69	1 824,10			25
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
24,19	27,15	7,82	366,31	891	Омлет запеченный или паровой	
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	240
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	85
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
30,18	54,29	90,32	773,15			25
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	100
20,12	46,08	60,98	639,35	1018	Плов со свиной	250
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	250
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
31,74	54,26	133,37	1 050,95			25
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	60
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свиной	200
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	220
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
25,83	47,07	116,33	909,97			20

Технолог



Велки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
18,501	6,95	11,55	164,53	1060	Шницель из птицы	
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	80
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	170
1,61	0,68	8,03	42,60	897	Хлеб пшеничный	200
1,28	0,50	7,28	38,85	1148	Хлеб ржаной	15
Обед						
0,48	0,06	1,68	9,00	836	Огурцы свежие порционно	15
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	60
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	200
13,28	16,95	11,79	256,09	661,06	Котлета Деревенская.	5
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	90
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	20
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
58,02	45,82	213,74	1 500,94			20
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
16,50	6,95	11,55	164,53	1060	Шницель из птицы	
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	80
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	170
1,61	0,68	8,03	42,60	897	Хлеб пшеничный	200
1,28	0,50	7,28	38,85	1148	Хлеб ржаной	15
27,00	14,11	88,18	579,81			15
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
18,56	7,82	13,00	185,09	1060	Шницель из птицы	
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	90
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
Обед						
0,80	0,10	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	20
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	250
14,75	18,83	13,10	284,54	661,06	Котлета Деревенская.	5
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	100
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	20
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
67,47	52,72	248,67	1 738,70			25
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
18,56	7,82	13,00	185,09	1060	Шницель из птицы	
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	90
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
31,29	16,23	102,30	671,22			20
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
0,80	0,10	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	250
14,75	18,83	13,10	284,54	661,06	Котлета Деревенская.	5
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	100
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	20
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
36,19	36,49	146,37	1 067,48			25
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,48	0,06	1,68	9,00	836	Огурцы свежие порционно	
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	60
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	200
13,28	16,95	11,79	256,09	661,06	Котлета Деревенская.	5
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	90
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	20
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
31,03	31,71	125,55	921,13			20

Технолог

Анна

Согласовано
Директор образовательного учреждения

14.09.2025

14.09.2025

Белки, г Жиры, г Углеводы, г ЭЦ, ккал № Рец.

Наименование блюд

Выход, г

Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб

Завтрак

Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным

Маффин творожныйФ

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Обед

Помидоры порционно

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной

Мясо кур отварное (для первых блюд)

Фрикасе из мяса птицы с соусом

Рис припущенный с овощами

Компот из свежих яблок

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной.

Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб

Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным

Маффин творожныйФ

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб

Завтрак

Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным

Маффин творожныйФ

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Обед

Помидоры порционно

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной

Мясо кур отварное (для первых блюд)

Фрикасе из мяса птицы с соусом

Рис припущенный с овощами

Компот из свежих яблок

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной.

Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб

Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным

Маффин творожныйФ

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб

Помидоры порционно

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной

Мясо кур отварное (для первых блюд)

Фрикасе из мяса птицы с соусом

Рис припущенный с овощами

Компот из свежих яблок

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной.

Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб

Помидоры порционно

Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной

Мясо кур отварное (для первых блюд)

Фрикасе из мяса птицы с соусом

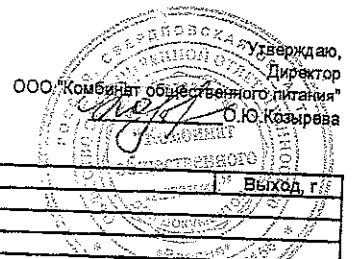
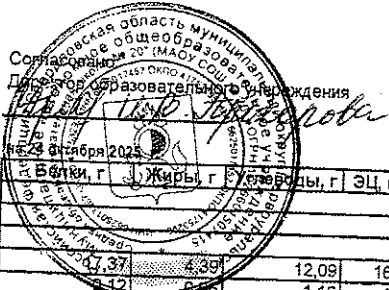
Рис припущенный с овощами

Компот из свежих яблок

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной.

Технолог



№	Ветки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб							
Завтрак							
47,37	4,39	12,09	161,51	1150	Котлета из мяса кур		
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный		80
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом		20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном		170
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный		200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
Обед							
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здорова		20
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной		80
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		200
13,71	10,74	11,96	226,71	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным		5
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное		90
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный		150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный		200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной		20
53,20	38,70	190,27	1 349,95				20
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб							
17,37	4,39	12,09	161,51	1150	Котлета из мяса кур		
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный		80
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом		20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном		170
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный		200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
28,58	11,53	91,72	588,66				20
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб							
Завтрак							
19,54	4,94	13,60	181,70	1150	Котлета из мяса кур		
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный		90
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом		20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном		200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный		200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
Обед							
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здорова		20
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной		100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		250
15,23	11,93	13,29	251,90	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным		5
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное		100
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный		180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный		200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной		25
60,75	46,14	216,58	1 556,04				25
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб							
19,54	4,94	13,60	181,70	1150	Котлета из мяса кур		
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный		90
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом		20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном		200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный		200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
32,02	12,95	100,81	652,54				20
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб							
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здорова		
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной		100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		250
15,23	11,93	13,29	251,90	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным		5
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное		100
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный		180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный		200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной		25
28,73	33,19	115,77	903,50				25
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб							
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здорова		
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной		60
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		200
13,71	10,74	11,96	226,71	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным		5
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное		90
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный		150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный		200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной		20
24,62	27,16	98,55	761,28				20

Технолог

Сидель