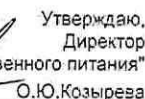
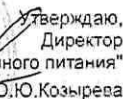


на 19 января 2026 г.

Технолог:



Технолог:



на 21 января 2020 г.					Наименование блюд		Выход, г
Белки, г	Жиры, г	глюкводы,	ЭЦ, ккал	№ Рес.			
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб							
12,10	8,53	8,41	191,28	907	Тефтели мясные с луком		80
0,12	4,00	1,16	11,12	1126	Соус томатный		20
10,57	6,74	55,10	322,55	998	Каша гречневая рассыпчатая		170
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном @		200
1,61	0,68	12,50	42,60	897	Хлеб пшеничный		15
1,28	0,50	7,28	38,85	1148	Хлеб ржаной		15
1,86	0,12	3,90	24,00	811	Горошек зеленый консервированный		60
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной		200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		5
12,58	11,72	38,73	309,47	1020	Плов с мясом птицы @		200
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов		200
2,14	0,90	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный		20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
47,65	40,20	207,23	1 333,12				
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб							
12,10	8,53	8,41	191,28	907	Тефтели мясные с луком		80
0,12	4,00	1,16	11,12	1126	Соус томатный		20
10,57	6,74	55,10	322,55	998	Каша гречневая рассыпчатая		170
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном @		200
1,61	0,68	12,50	42,60	897	Хлеб пшеничный		15
1,28	0,50	7,28	38,85	1148	Хлеб ржаной		15
25,72	20,45	99,60	666,25				
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб							
13,61	9,60	9,46	215,19	907	Тефтели мясные с луком		90
0,12	4,00	1,16	11,12	1126	Соус томатный		20
12,43	7,93	64,83	379,47	998	Каша гречневая рассыпчатая		200
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном @		200
2,14	0,90	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный		20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
3,10	0,20	6,50	40,00	811	Горошек зеленый консервированный		100
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной		250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		5
14,46	13,48	44,54	355,89	1020	Плов с мясом птицы @		230
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов		200
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный		25
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной		25
56,62	46,35	243,16	1 558,50				
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб							
13,61	9,60	9,46	215,19	907	Тефтели мясные с луком		90
0,12	4,00	1,16	11,12	1126	Соус томатный		20
12,43	7,93	64,83	379,47	998	Каша гречневая рассыпчатая		200
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном @		200
2,14	0,90	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный		20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
30,06	23,10	116,96	774,23				
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб							
3,10	0,20	6,50	40,00	811	Горошек зеленый консервированный		100
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной		250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		5
14,46	13,48	44,54	355,89	1020	Плов с мясом птицы @		230
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов		200
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный		25
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной		25
26,56	23,25	126,20	784,27				
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб							
1,86	0,12	3,90	24,00	811	Горошек зеленый консервированный		60
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной		200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)		5
12,58	11,72	38,73	309,47	1020	Плов с мясом птицы @		200
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов		200
2,14	0,90	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный		20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной		20
21,93	19,75	107,64	666,87				

Технолог:



Утверждаю,
Директор
ного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г		Жиры, г		Гликоды, г		ЭЦ, ккал		№ Рец.		Наименование блюд		Выход, г	
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб													
16,50	6,95	11,55	164,53	1060		Шницель из птицы							80
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01		Соус сметанный с томатом							20
7,19	4,91	42,92	247,58	516		Макаронные изделия отварные с маслом							170
0,06	0,01	15,16	59,85	686		Чай с лимоном @							200
2,14	0,90	16,66	56,80	897		Хлеб пшеничный							20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148		Хлеб ржаной							20
1,05	3,11	5,95	56,16	818		Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным							60
3,28	5,75	14,87	124,59	1018		Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной							200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052		Мясо кур отварное (для первых блюд)							5
15,07	16,56	7,20	175,73	1308,17		Биточек куриный @							90
0,12	4,00	1,16	11,12	1126		Соус томатный							20
9,32	5,95	48,62	204,60	998		Каша гречневая рассыпчатая							150
0,20	0	6,50	26,80	14539,27		Чай с сахаром @							200
2,14	0,90	16,66	56,80	897		Хлеб пшеничный							20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148		Хлеб ржаной							20
61,89	52,52	208,03	1 395,76										
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб													
16,50	6,95	11,55	164,53	1060		Шницель из птицы							80
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01		Соус сметанный с томатом							20
7,19	4,91	42,92	247,58	516		Макаронные изделия отварные с маслом							170
0,06	0,01	15,16	59,85	686		Чай с лимоном @							200
2,14	0,90	16,66	56,80	897		Хлеб пшеничный							20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148		Хлеб ржаной							20
27,86	14,44	97,34	596,37										
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб													
18,56	7,82	13,00	185,09	1060		Шницель из птицы							90
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01		Соус сметанный с томатом							20
8,46	5,78	50,49	291,27	516		Макаронные изделия отварные с маслом							200
0,06	0,01	15,16	59,85	686		Чай с лимоном @							200
2,14	0,90	16,66	56,80	897		Хлеб пшеничный							20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148		Хлеб ржаной							20
1,75	5,19	9,91	93,60	818		Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным							100
4,10	7,18	18,58	155,73	1018		Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной							250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052		Мясо кур отварное (для первых блюд)							5
20,46	22,00	0	234,26	1308,13		Биточек куриный с соусом томатным @							110
11,19	7,14	58,35</											

Технолог:



Утверждаю,
Директор
О.Ю.Козырева

на 23 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
6,93	6,30	34,30	216,30	851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	210
4,25	11,05	44,20	280,50	1870	Слойка с вишней @	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
3,05	3,70	4,02	62,30	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	60
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
10,06	25,20	3,25	212,70	437,06	Гуляш из мяса свинины @	90
3,60	6,00	37,05	220,38	512	Рис припущенный	150
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,14	0,90	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
38,28	62,07	228,78	1 489,77			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
6,93	6,30	34,30	216,30	851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	210
4,25	11,05	44,20	280,50	1870	Слойка с вишней @	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
14,39	18,70	119,49	645,84			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
8,25	7,50	40,83	257,50	851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250
4,25	11,05	44,20	280,50	1870	Слойка с вишней @	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
5,08	6,17	6,70	103,83	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	100
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
11,17	28,01	3,61	236,34	437,06	Гуляш из мяса свинины @	100
3,84	6,40	39,52	235,08	512	Рис припущенный	160
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,14	0,90	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
43,37	70,31	243,56	1 635,71			
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
8,58	7,80	42,47	267,80	851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	260
4,25	11,05	44,20	280,50	1870	Слойка с вишней @	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
16,04	20,20	127,66	697,34			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
5,08	6,17	6,70	103,83	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	100
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
11,17	28,01	3,61	236,34	437,06	Гуляш из мяса свинины @	100
4,32	7,20	44,46	264,46	512	Рис припущенный	180
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,68	1,13	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
29,10	51,60	129,06	1 005,21			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
3,05	3,70	4,02	62,30	1157	Салат из отварной свеклы с сыром	60
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
10,06	25,20	3,25	212,70	437,06	Гуляш из мяса свинины @	90
3,60	6,00	37,05	220,38	512	Рис припущенный	150
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,14	0,90	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
23,89	43,37	109,29	843,93			

Технолог: