



20.04.2021

1 понедельник

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
6,46	8,00	36,44	225,00	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230
6,98	7,00	17,14	147,80	810	Бутерброд с сыром	50
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
Обед						
3,05	4,00	4,02	62,30	1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	60
4,70	4,00	17,18	133,30	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,59		15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
10,19	15,00	8,36	186,80	1 308,17 / 1 126	Биточек куриный с соусом томатным 90/20	110
2,87	4,00	29,57	203,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
44,59	45,00	203,78	1332,20			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
6,46	8,00	36,44	225,00	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230
6,98	7,00	17,14	147,80	810	Бутерброд с сыром	50
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
16,32	16,00	80,91	470,60			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
3,05	4,00	4,02	62,30	1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	60
4,70	4,00	17,18	133,30	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,59		15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
10,19	15,00	8,36	186,80	1 308,17 / 1 126	Биточек куриный с соусом томатным 90/20	110
2,87	4,00	29,57	203,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
28,27	29,00	122,87	861,60			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
7,31	10,00	41,19	254,30	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,38	7,00	20,57	177,40	810	Бутерброд с сыром	60
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
Обед						
5,08	6,00	6,70	103,80	1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	100
5,88	6,00	21,48	166,60	139	Суп картофельный с бобовыми	250
2,59		15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
12,46	12,00		205,60	1 308,13	Биточек куриный с соусом томатным	110
4,61	5,00	35,44	212,30	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
54,59	49,00	220,61	1507,70			
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
7,31	10,00	41,19	254,30	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,38	7,00	20,57	177,40	810	Бутерброд с сыром	60
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
19,10	18,00	93,25	543,70			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
5,08	6,00	6,70	103,80	1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	100
5,88	6,00	21,48	166,60	139	Суп картофельный с бобовыми	250
2,59		15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
12,46	12,00		205,60	1 308,13	Биточек куриный с соусом томатным	110
4,61	5,00	35,44	212,30	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
35,49	31,00	127,36	964,00			

Технолог:



Согласовано:
 Директор обязательного учреждения
 И.В.Прохорова



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

21.04.2026

1 вторник

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
13,06	11,00	7,49	271,50	891 / 811	Омлет запеченный или паровой с горошком зеленым консервированным 170/30	
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	200
0,06		15,16	59,90	666	Чай с лимоном	60
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	1,00	9,70	51,80	1 148	Хлеб ржаной	20
0,48	0,06	1,02	7,80	1006	Огурцы соленые	20
2,67	6,00	10,98	111,30	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	60
13,58	12,00	36,73	309,50	1 020	Плов с мясом птицы	200
0,35		24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
43,07	39,06	174,60	1260,60			25
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
13,06	11,00	7,49	271,50	891 / 811	Омлет запеченный или паровой с горошком зеленым консервированным 170/30	
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	200
0,06		15,16	59,90	666	Чай с лимоном	60
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	1,00	9,70	51,80	1 148	Хлеб ржаной	20
21,18	19,00	68,55	594,50			20
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,48	0,06	1,02	7,80	1006	Огурцы соленые	
2,67	6,00	10,98	111,30	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	60
13,58	12,00	36,73	309,50	1 020	Плов с мясом птицы	200
0,35		24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
21,89	20,06	106,05	666,10			25
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
12,71	14,00	9,77	325,30	891 / 811	Омлет запеченный или паровой с горошком зеленым консервированным 200/50	
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	250
0,06		15,16	59,90	666	Чай с лимоном	60
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
0,80	0,10	1,70	13,00	1006	Огурцы соленые	25
3,06	7,00	13,72	136,20	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	100
15,72	15,00	38,42	386,80	1 020	Плов с мясом птицы	250
0,35		24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	250
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
46,54	46,10	188,59	1449,00			25
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
12,71	14,00	9,77	325,30	891 / 811	Омлет запеченный или паровой с горошком зеленым консервированным 200/50	
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	250
0,06		15,16	59,90	666	Чай с лимоном	60
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
34,78	30,62	67,42	675,36			25
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
0,80	0,10	1,70	13,00	1006	Огурцы соленые	
3,06	7,00	13,72	136,20	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	100
15,72	15,00	38,42	386,80	1 020	Плов с мясом птицы	250
0,35		24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	250
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
25,75	33,81	149,20	968,46			25

Технолог



Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 И.В.Прохорова

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

22.04.2026

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
1 среда						
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
8,01	9,00	8,96	173,40	966 / 600,01	Голубцы ленивые из мяса кур с соусом сметанным с томатом 90/20	110
4,19	5,00	32,40	237,60	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0,10		12,00	60,20	971	Чай ягодный	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
Обед						
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60
3,31	4,00	14,28	123,10	1 030	Рассольник ленинградский со сметаной (с мясом птицы)	200
12,25	12,00	10,55	193,70	661,16 / 1 126	Котлета Деревенская с соусом томатным 90/20	110
6,32	5,00	33,62	184,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
45,38	42,10	210,82	1426,20			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
8,01	9,00	8,96	173,40	966 / 600,01	Голубцы ленивые из мяса кур с соусом сметанным с томатом 90/20	110
4,19	5,00	32,40	237,60	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0,10		12,00	60,20	971	Чай ягодный	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
17,11	16,00	86,32	607,00			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60
3,31	4,00	14,28	123,10	1 030	Рассольник ленинградский со сметаной (с мясом птицы)	200
12,25	12,00	10,55	193,70	661,16 / 1 126	Котлета Деревенская с соусом томатным 90/20	110
6,32	5,00	33,62	184,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
28,27	26,10	124,50	819,20			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
8,81	11,00	8,96	173,40	966 / 600,01	Голубцы ленивые из мяса кур с соусом сметанным с томатом 90/20	110
8,46	6,00	39,40	245,30	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0,10		16,00	60,20	971	Чай ягодный	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
Обед						
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100
3,85	5,00	17,80	151,00	1 030	Рассольник ленинградский со сметаной (с мясом птицы)	250
14,81	12,00	29,50	215,40	661,16 / 1 126	Котлета Деревенская с соусом томатным 100/20	120
7,69	5,00	13,50	202,50	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
55,52	48,17	227,82	1537,00			
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
8,81	11,00	8,96	173,40	966 / 600,01	Голубцы ленивые из мяса кур с соусом сметанным с томатом 90/20	110
8,46	6,00	39,40	245,30	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0,10		16,00	60,20	971	Чай ягодный	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
22,18	19,00	97,32	614,70			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100
3,85	5,00	17,80	151,00	1 030	Рассольник ленинградский со сметаной (с мясом птицы)	250
14,81	12,00	29,50	215,40	661,16 / 1 126	Котлета Деревенская с соусом томатным 100/20	120
7,69	5,00	13,50	202,50	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
38,34	29,17	130,50	922,30			

Технолог:



Согласовано
 Директор образовательного учреждения
 И.В.Прохорова



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

23.04.2026

1 четверг

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
6,02	8,00	28,41	199,50	1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	210
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	60
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
Обед						
0,57	3,33	4,97	76,82	817	Маринад овощной	60
2,67	6,00	7,35	117,80	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	200
16,34	5,00	2,98	123,10	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90
3,60	6,00	37,05	220,40	512	Рис припущенный	150
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
45,75	37,33	178,63	1239,02			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
6,02	8,00	28,41	199,50	1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	210
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	60
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
17,65	15,00	69,44	466,00			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,57	3,33	4,97	76,82	817	Маринад овощной	60
2,67	6,00	7,35	117,80	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	200
16,34	5,00	2,98	123,10	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90
3,60	6,00	37,05	220,40	512	Рис припущенный	150
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
28,10	22,33	109,19	773,02			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
7,45	10,00	35,17	257,10	1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	60
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
Обед						
0,95	5,55	8,28	128,04	817	Маринад овощной	100
1,90	6,00	9,14	132,50	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	250
18,27	5,00	3,31	136,70	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100
4,32	7,00	44,46	264,50	512	Рис припущенный	180
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
49,44	42,55	198,23	1420,24			
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
7,45	10,00	35,17	257,10	1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	60
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	200
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
19,08	17,00	76,20	523,60			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
0,95	5,55	8,28	128,04	817	Маринад овощной	100
1,90	6,00	9,14	132,50	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	250
18,27	5,00	3,31	136,70	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100
4,32	7,00	44,46	264,50	512	Рис припущенный	180
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,68	1,00	20,83	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
30,36	25,55	122,03	896,64			

Технолог:



Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 И.В. Прохорова



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

24.04.2026

Белки, г	Жиры, г	Глиеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	1 пятница	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб							
Завтрак							
9,07	10,00	5,07	135,40	5 859,01 / 1 126		Котлета из мяса кур Удачная с соусом томатным 80/20	
6,32	5,00	33,62	184,60	998		Каша гречневая рассыпчатая	100
0,06		15,16	59,90	666		Чай с лимоном	150
2,68	1,00	20,83	71,00	897		Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148		Хлеб ржаной	25
Обед							
1,52	3,99	5,97	64,08	14519		Салат из белокочанной капусты с кукурузой	
4,38	5,00	12,24	110,00	1 015		Суп-лапша на курином бульоне	60
13,71	11,00	11,96	226,70	907,01		Тефтели мясные с луком с соусом красным	200
3,26	5,00	22,03	147,00	995		Пюре картофельное	90
0,35		24,36	101,70	928		Компот из смеси сухофруктов	150
2,68	1,00	20,83	71,00	897		Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148		Хлеб ржаной	25
48,29	43,99	196,33	1300,98				25
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб							
9,07	10,00	5,07	135,40	5 859,01 / 1 126		Котлета из мяса кур Удачная с соусом томатным 80/20	
6,32	5,00	33,62	184,60	998		Каша гречневая рассыпчатая	100
0,06		15,16	59,90	666		Чай с лимоном	150
2,68	1,00	20,83	71,00	897		Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148		Хлеб ржаной	25
20,26	17,00	86,81	515,70				25
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб							
1,52	3,99	5,97	64,08	14519		Салат из белокочанной капусты с кукурузой	
4,38	5,00	12,24	110,00	1 015		Суп-лапша на курином бульоне	60
13,71	11,00	11,96	226,70	907,01		Тефтели мясные с луком с соусом красным	200
3,26	5,00	22,03	147,00	995		Пюре картофельное	90
0,35		24,36	101,70	928		Компот из смеси сухофруктов	150
2,68	1,00	20,83	71,00	897		Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148		Хлеб ржаной	25
28,03	26,99	109,52	785,28				25
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб							
Завтрак							
10,71	11,00	12,30	166,50	5 859,01 / 1 126		Котлета из мяса кур Удачная с соусом томатным 100/20	
8,43	8,00	34,60	279,50	998		Каша гречневая рассыпчатая	120
0,06		15,16	59,90	666		Чай с лимоном	200
2,14	1,00	16,66	56,80	897		Хлеб пшеничный	200
1,70	1,00	9,70	51,80	1 148		Хлеб ржаной	20
Обед							
2,54	6,65	9,95	106,80	14519		Салат из белокочанной капусты с кукурузой	
5,48	6,00	15,30	137,60	1 015		Суп-лапша на курином бульоне	100
15,23	12,00	13,29	251,90	907,01		Тефтели мясные с луком с соусом красным	250
3,91	6,00	26,44	176,30	995		Пюре картофельное	100
0,35		24,36	101,70	928		Компот из смеси сухофруктов	180
2,68	1,00	20,83	71,00	897		Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148		Хлеб ржаной	25
55,36	53,65	210,72	1524,60				25
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб							
10,71	11,00	12,30	166,50	5 859,01 / 1 126		Котлета из мяса кур Удачная с соусом томатным 100/20	
8,43	8,00	34,60	279,50	998		Каша гречневая рассыпчатая	120
0,06		15,16	59,90	666		Чай с лимоном	200
2,14	1,00	16,66	56,80	897		Хлеб пшеничный	200
1,70	1,00	9,70	51,80	1 148		Хлеб ржаной	20
23,04	21,00	88,42	614,50				20
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб							
2,54	6,65	9,95	106,80	14519		Салат из белокочанной капусты с кукурузой	
5,48	6,00	15,30	137,60	1 015		Суп-лапша на курином бульоне	100
15,23	12,00	13,29	251,90	907,01		Тефтели мясные с луком с соусом красным	250
3,91	6,00	26,44	176,30	995		Пюре картофельное	100
0,35		24,36	101,70	928		Компот из смеси сухофруктов	180
2,68	1,00	20,83	71,00	897		Хлеб пшеничный	200
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148		Хлеб ржаной	25
32,32	32,65	122,30	910,10				25

Технолог: