



Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 И.В.Прохорова

Утвержден
 Директор
 государственного питания
 О.Ю.Козырева

04.05.201

1 понедельник

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
6,46	8,00	35,44	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	666	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	666	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	666	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	666	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 образовательного учреждения
 И.В.Прохорова



05.05.2017

1 вторник

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	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	200
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	60
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	1,00	9,70	51,80	1 148	Хлеб ржаной	20
Обед						
0,48	0,06	1,02	7,80	1006	Огурцы соленые	60
2,67	6,00	10,98	111,30	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	200
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	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
43,07	39,06	174,60	1260,60			
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	200
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	60
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	1,00	9,70	51,80	1 148	Хлеб ржаной	20
21,18	19,00	68,55	594,50			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,48	0,06	1,02	7,80	1006	Огурцы соленые	60
2,67	6,00	10,98	111,30	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	200
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	25
2,13	1,00	12,13	64,80	1 148	Хлеб ржаной	25
21,89	20,06	106,05	666,10			
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	250
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	60
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
Обед						
0,80	0,10	1,70	13,00	1006	Огурцы соленые	100
3,06	7,00	13,72	136,20	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	250
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	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
46,54	46,10	188,59	1449,00			
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	250
4,22	6,00	19,54	154,50	806,13	Маффин ванильный	60
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
34,78	30,62	67,42	675,36			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
0,80	0,10	1,70	13,00	1006	Огурцы соленые	100
3,06	7,00	13,72	136,20	1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной (с мясом птицы)	250
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	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
25,75	33,81	149,20	968,46			

Технолог:



06.05.2021

1 среда

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
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			25
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			25
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			25
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			25
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			25
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
33,34	29,17	130,50	922,30			25

Технолог:



Согласовано:
 Директор обязательного учреждения
 Г.В. Прохорова



Утверждаю
 Директор
 Комбината общественного питания
 Ю. Козырев

07.05.202

1 четверг

Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, 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	
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	210
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	60
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	200
						30
Обед						
0,57	3,33	4,97	76,82	817	Маринад овощной	
2,67	6,00	7,35	117,80	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	60
16,34	5,00	2,98	123,10	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	200
3,60	6,00	37,05	220,40	512	Рис припущенный	90
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	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
45,75	37,33	178,63	1239,02			25
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
6,02	8,00	28,41	199,50	1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	210
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	60
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	200
17,65	15,00	69,44	466,00			30
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,57	3,33	4,97	76,82	817	Маринад овощной	
2,67	6,00	7,35	117,80	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	60
16,34	5,00	2,98	123,10	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	200
3,60	6,00	37,05	220,40	512	Рис припущенный	90
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	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
28,10	22,33	109,19	773,02			25
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	
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	260
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	60
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	200
						30
Обед						
0,95	5,55	8,28	128,04	817	Маринад овощной	
1,90	6,00	9,14	132,50	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	100
18,27	5,00	3,31	136,70	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	250
4,32	7,00	44,46	264,50	512	Рис припущенный	100
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	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
49,44	42,55	198,23	1420,24			25
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	
8,22	6,00	9,54	154,50	450,02	Маффин шоколадный	260
0,20		6,50	26,80	14 539,27	Чай с сахаром	60
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	200
19,08	17,00	76,20	523,60			30
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
0,95	5,55	8,28	128,04	817	Маринад овощной	
1,90	6,00	9,14	132,50	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (с мясом птицы)	100
18,27	5,00	3,31	136,70	1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	250
4,32	7,00	44,46	264,50	512	Рис припущенный	100
0,11		23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	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
30,36	25,55	122,03	896,64			25

Технолог:



Согласовано:
 Директор образовательного учреждения
 И.В. Прохорова



тврждак
 Директо
 ООО «Комбинат общественного питания»
 О.Ю. Козырев:

1 пятница

08.05.202

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	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: