Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Питание и Сервис"
_____Е.А.Широканова

09.11.2026

# Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***Завтрак*** | | | | | |
| 1 182 | Манник | 60 | 3,83 | 5 | 36,19 | 201,4 |
| 883 | Каша пшенная молочная жидкая с | 200 | 7,19 | 8 | 31,79 | 242,6 |
| 854 | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 1 | 16 | 88,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 4,28 | 2 | 17,4 | 109,6 |
| | **Итого за Завтрак** | 500 | 16,66 | 16 | 101,38 | 641,7 |
| | ***Обед*** | | | | | |
| 812 | Кукуруза консервированная | 60 | 1,23 | 2 | 6,48 | 53,4 |
| 1 015 | Суп-лапша на курином бульоне | 200 | 4,38 | 5 | 12,24 | 110 |
| 1 105 | Гуляш из курицы | 90 | 19,52 | 6 | 3,42 | 146,4 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 6,34 | 4 | 37,87 | 218,5 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | | 27,62 | 118,6 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| | **Итого за Обед** | 740 | 35,99 | 19 | 106,03 | 753,5 |
| | **Итого за день** | 1 240 | 52,65 | 35 | 207,41 | 1 395,2 |

# Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***Завтрак*** | | | | | |
| 1 182 | Манник | 60 | 3,83 | 5 | 36,19 | 201,4 |
| 883 | Каша пшенная молочная жидкая с | 250 | 8,99 | 10 | 39,74 | 303,3 |
| 854 | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 1 | 16 | 88,1 |
| 894,01 | Хлеб пшеничный. | 40 | 3,24 | | 19,52 | 96,8 |
| | **Итого за Завтрак** | 550 | 17,42 | 16 | 111,45 | 689,6 |
| | ***Обед*** | | | | | |
| 812 | Кукуруза консервированная | 100 | 2,05 | 4 | 10,8 | 89 |
| 1 015 | Суп-лапша на курином бульоне | 250 | 5,48 | 6 | 15,3 | 137,6 |
| 1 105 | Гуляш из курицы | 100 | 21,68 | 7 | 3,8 | 162,7 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,61 | 5 | 45,44 | 262,1 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | | 27,62 | 118,6 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 | 64,8 |
| | **Итого за Обед** | 875 | 41,77 | 24 | 123,79 | 889,6 |
| | **Итого за день** | 1 425 | 59,19 | 40 | 235,24 | 1 579,2 |

_____ _____