Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Питание и Сервис"
_____ Е.А.Широканова

21.09.2026

Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,15	1	22,19	103,4
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	220	9,85	10	34,85	215,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
	Итого за Завтрак	500	19,28	16	87,84	517,2
	Обед					
811	Горошек зеленый консервированный	60	1,86		3,9	24
124	Щи из свежей капусты с картофелем со	200	1,52	4	7,31	106
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
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
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
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	745	34,38	17	88	683,7
	Итого за день	1 245	53,66	33	175,84	1 200,9

Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 046	Бутерброд с повидлом	50	2,69	1	27,74	129,2
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	260	11,64	12	41,19	254,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
	Итого за Завтрак	550	21,61	18	99,73	582,1
	Обед					
811	Горошек зеленый консервированный	100	3,1		6,5	40
124	Щи из свежей капусты с картофелем со	240	1,82	5	8,77	127,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
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
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
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	865	39,35	20	100,01	780,8
	Итого за день	1 415	60,96	38	199,74	1 362,9