Согласовано:

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

22.05.2026

Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная	220	7,4	10	31,67	243,6
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
	Итого за Завтрак	500	22,16	22	82,86	661,5
	Обед					
520	Икра овощная свекольная	60	0,82	5	5,54	66,7
139,04	Суп картофельный с горохом	200	4,7	4	17,14	125
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	90	13,71	11	11,96	226,7
512	Рис припущенный	150	3,6	4	37,05	220,4
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	725	25,53	25	109,65	812,3
	Итого за день	1 225	47,69	47	192,51	1 473,8

Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
810	Бутерброд с сыром	50	6,98	6	17,14	147,8
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная	260	8,75	11	37,43	287,8
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	17,4	109,6
	Итого за Завтрак	550	24,91	24	92,05	735,2
	Обед					
520	Икра овощная свекольная	100	1,37	8	9,23	111,1
139,04	Суп картофельный с горохом	250	5,87	6	21,42	156,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	100	15,23	12	13,29	251,9
512	Рис припущенный	180	4,32	5	44,46	264,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	855	29,49	32	126,36	957,3
	Итого за день	1 405	54,4	56	218,41	1 692,5