Согласовано

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

23.09.2026

Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
365	Запеканка творожная	150	2,53	2	3,41	335,9
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2
976	Яблоки свежие	130	0,52	1	12,74	95,3
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	540	10,27	8	60,43	693,1
	Обед					
812	Кукуруза консервированная	60	1,23	2	6,48	53,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	18,84	7	11,02	183,4
857	Пюре гороховое	150	16,08	6	40,33	273
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	745	43,34	23	114,83	846,3
	Итого за день	1 285	53,61	31	175,26	1 539,4

Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
365	Запеканка творожная	180	3,04	2	4,09	403
902	Молоко сгущенное	15	1,19	1	8,16	48,2
976,03	Фрукт (яблоко)	130	0,52	1	12,74	61,1
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	565	10,39	7	58,39	710
	Обед					
812	Кукуруза консервированная	100	2,05	4	10,8	89
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	230	1,75	6	12,58	114,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	20,93	7	12,24	203,8
857	Пюре гороховое	180	19,29	8	48,4	327,6
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	855	49,69	28	130,08	971,9
	Итого за день	1 420	60,08	35	188,47	1 681,9