Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Питание и сервис"

25.11.2025

# Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 207руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***Завтрак*** | | | | | |
| 3,37 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 | 4,68 | 6 | 12,11 | 116,1 |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 220 | 7,4 | 10 | 31,67 | 243,6 |
| 919 | Какао с молоком | 200 | 5,65 | 7 | 20,08 | 190 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 4,28 | 2 | 33,32 | 113,6 |
| | **Итого за Завтрак** | 500 | 22,01 | 25 | 97,18 | 663,3 |
| | ***Обед*** | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 50 | 0,6 | 7 | 3,7 | 48,5 |
| 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 |
| 1 149 | Жаркое по-домашнему с мясом птицы | 220 | 20,37 | 11 | 32,03 | 345,6 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,35 | | 24,36 | 101,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 | 56,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| | **Итого за Обед** | 715 | 27,83 | 26 | 97,43 | 715,7 |
| | **Итого за день** | 1 215 | 49,84 | 51 | 194,61 | 1 379 |

25.11.2025

# Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 230 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***Завтрак*** | | | | | |
| 3,37 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 50 | 5,85 | 7 | 15,14 | 145,2 |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 260 | 8,75 | 11 | 37,43 | 287,8 |
| 919 | Какао с молоком | 200 | 5,65 | 7 | 20,08 | 190 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 4,28 | 2 | 33,32 | 113,6 |
| | **Итого за Завтрак** | 550 | 24,53 | 27 | 105,97 | 736,6 |
| | ***Обед*** | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 60 | 0,72 | 8 | 4,44 | 58,2 |
| 1 021 | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250 | 1,91 | 7 | 13,68 | 124,4 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 149 | Жаркое по-домашнему с мясом птицы | 250 | 23,15 | 13 | 36,4 | 392,7 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,35 | | 24,36 | 101,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 | 56,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 | 64,8 |
| | **Итого за Обед** | 810 | 31,55 | 31 | 107,71 | 810,4 |
| | **Итого за день** | 1 360 | 56,08 | 58 | 213,68 | 1 547 |