Согласовано:

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

29.09.2026

Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217 руб

№ 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	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	21,26	23	81,26	659,3
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	8	4,44	58,2
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	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	725	27,95	27	90,21	723,4
	Итого за день	1 225	49,21	50	171,47	1 382,7

Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 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	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	23,78	25	90,05	732,6
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	14	7,4	97
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	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	845	31,6	37	100,28	834,2
	Итого за день	1 395	55,38	62	190,33	1 566,8