

Согласовано:
Директор



Утверждено:
Директор ООО "Общественное питание"



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
17 ноября 2025 г. 2 неделя							
1 - ый день ЗАВТРАК							
							79,81
10,90	11,56	18,36	141,30	302	Каша молочная манная со сливочным маслом(200/10)	210	34,89
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	50	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	ТТК	Фрукт свежий	200	31,92
1 - ый день ОБЕД							
							130,10
1,80	2,34	3,78	43,20	ТТК	Горошек зеленый припущенный	60	10,09
2,40	3,60	16,08	108,00	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной(200/10)	210	24,60
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстроганов	90	59,83
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	16,80
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
1 - ый день ЗАВТРАК							
							93,8
11,52	12,63	30,69	186,40	302	Каша молочная манная со сливочным маслом (220/10)	230	36,14
5,68	7,84	0,00	149,60	96	Масло сливочное	20	12,74
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	ТТК	Фрукт свежий	100	31,92
1 - ый день ОБЕД							
							145,28
3,00	3,90	6,30	72,00	ТТК	Горошек зеленый припущенный	100	11,40
4,10	5,43	17,65	174,07	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (250/10)	260	25,20
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстроганов	100	69,82
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	20,08
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
							95,41
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстроганов	90	59,83
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	16,80
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
							108,68
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстроганов	100	69,82
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	20,08
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	30	3,84
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00

Заведующий производством _____

Средняя общеобразовательная школа №4

Утверждаю:

 Директор ООО "Самостоятельное питание" М.Л.Фомин

Заведующий производством

Заведующий производством

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Директор ООО "Общественное питание"



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
19 ноября 2025 г. 2 неделя							
3-ый день ЗАВТРАК							79,81
12,90	13,40	19,80	248,00	362	Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком(170/30)	200	45,61
					Молоко сгущенное	30	6,09
1,20	3,10	21,00	118,00	ТТк	Печенье	40	12,11
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТк	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
3-ый день ОБЕД							130,10
1,80	2,34	3,78	43,20	ТТк	Кукуруза консервированная припущенная	60	12,52
1,20	3,10	21,00	118,00	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной(200/10)	210	22,17
3,75	1,50	26,00	125,00	419	Котлета из курицы	90	50,16
0,30	0,00	15,20	60,00	520	Картофельное пюре	150	21,99
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТк	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТк	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
3-ый день ЗАВТРАК							93,80
8,74	11,69	33,60	289,80	362	Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком(200/50)	250	55,54
					Молоко сгущенное	50	10,15
5,11	5,43	28,32	183,12	ТТк	Печенье	40	12,11
6,20	4,70	8,90	79,00	ТТк	Батон нарезной	50	6,00
3,75	1,50	26,00	125,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
3-ый день ОБЕД							145,28
3,00	3,90	6,30	72,00	ТТк	Кукуруза консервированная припущенная	100	13,40
2,30	7,55	20,23	180,96	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной(250/10)	260	23,20
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из курицы	100	56,8
3,78	8,10	26,28	204,37	520	Картофельное пюре	180	28,62
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТк	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТк	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
3,75	1,50	26,00	125,00	419	Котлета из курицы	90	50,16
0,30	0,00	15,20	60,00	520	Картофельное пюре	150	21,99
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТк	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТк	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из курицы	100	56,8
3,78	8,10	26,28	204,37	520	Картофельное пюре	180	28,62
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТк	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТк	Хлеб чусовской	30	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48

Заведующий производством

Согласовано:
Директор

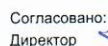


Утверждаю:
Директор ООО "Самостоятельное питание"



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
20 ноября 2025 г. 2 неделя							
4 - ый день ЗАВТРАК							
							79,81
14,10	16,30	27,90	221,00	334	Макароны отварные с яйцом с сыром	150	37,07
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	ТТК	Фрукт свежий	100	29,74
4 - ый день ОБЕД							
							130,10
0,54	2,28	2,34	40,02	45	Капуста квашеная с маслом растительным	60	11,39
3,20	4,88	17,12	126,40	171	Суп пюре из картофеля с гречками(200/10)	210	23,30
13,77	12,80	5,18	123,50	493	Курица, тушеная в соусе(90/20)	110	49,48
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	20,52
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
4 - ый день ЗАВТРАК							
							93,8
15,40	17,10	32,30	294,66	334	Макароны отварные с яйцом и сыром	200	43,69
1,56	4,55	0,07	70,90	96	Масло сливочное	10	7,37
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
0,30	0,00	14,70	161,00	ТТК	Фрукт свежий	100	29,74
4 - ый день ОБЕД							
							145,28
0,78	3,80	4,20	66,66	45	Капуста квашеная с маслом растительным	100	12,73
4,00	8,10	21,40	158,00	171	Суп пюре из картофеля с гречками(200/10)	260	23,87
17,30	17,22	5,75	133,22	493	Курица, тушеная в соусе(100/20)	120	59,33
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	23,94
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
							95,41
13,77	12,80	5,18	123,50	493	Курица, тушеная в соусе(90/20)	110	49,48
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	20,52
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
							108,68
17,30	17,22	5,75	133,22	493	Курица, тушеная в соусе(100/20)	120	59,33
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	23,94
0,20	0,00	20,01	132,00	632	Напиток из свежих фруктов	200	16,63
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84

Заведующий производством



Утверждаю: _____
Директор ООО "Общественное питание"

М. П. Фомин

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 209,91 руб							
21 ноября 2025 г. 2 неделя							
5 - ый день ЗАВТРАК							79,81
12,00	14,05	22,85	204,50	340	Омлет натуральный с маслом(150/10)	160	31,69
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	7,00
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	6,00
3,62	4,12	14,25	127,50	ТТК	Йогурт молочный	125	35,12
5 - ый день ОБЕД							130,10
1,08	2,28	6,54	51,00	ТТК	Свекла отварная	60	7,59
2,08	6,24	11,44	92,80	235	Суп лапша с курой (200/10)	210	34,69
17,60	17,60	34,30	380,10	631	Жаркое по-домашнему	180	66,12
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	12,92
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
5 - ый день ЗАВТРАК							93,80
14,56	16,74	33,51	338,11	340	Омлет натуральный со сливочным маслом (175/10)	185	45,68
3,62	4,12	14,25	127,50	ТТК	Йогурт молочный	125	35,12
0,20	0,00	15,00	58,00	685	Чай с сахаром	200	6,00
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	7,00
5 - ый день ОБЕД							145,28
1,30	3,00	7,30	89,00	ТТК	Свекла отварная	100	8,31
6,60	9,17	36,10	212,04	235	Суп лапша с курой (250/10)	260	36,60
18,76	20,06	35,79	390,10	631	Жаркое по-домашнему	200	78,67
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	12,92
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							95,41
1,08	2,28	6,54	51,00	ТТК	Свекла отварная	60	7,59
17,60	17,60	34,30	380,10	631	Жаркое по-домашнему	180	66,12
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	12,92
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							108,68
1,30	3,00	7,30	89,00	ТТК	Свекла отварная	100	8,31
18,76	20,06	35,79	390,10	631	Жаркое по-домашнему	200	78,67
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	12,92
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84

Заведующий производством