

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 218,31 руб							
16 марта 2026 г. 2 неделя							
1 - ый день ЗАВТРАК 80,20							
10,90	11,56	18,36	141,30	302	Каша молочная манная со сливочным маслом(200/10)	210	35,28
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 138,11							
1,80	2,34	3,78	43,20	ТТК	Горошек зеленый припущенный	60	10,88
2,40	3,60	16,08	108,00	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной(200/10)	210	28,00
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстроганов	90	62,23
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	18,00
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 248,65 руб							
1 - ый день ЗАВТРАК 94,2							
11,52	12,63	30,69	186,40	302	Каша молочная манная со сливочным маслом (220/10)	230	36,54
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 154,45							
3,00	3,90	6,30	72,00	ТТК	Горошек зеленый припущенный	100	11,42
4,10	5,43	17,65	174,07	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной (250/10)	260	30,00
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстроганов	100	73,03
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	21,00
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
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 99,23 руб							
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстроганов	90	62,23
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	18,00
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 113,03 руб							
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстроганов	100	73,03
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	21,00
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	30	4,00
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Чай с сахаром, с лимоном(200/10)	210	10,00

Заведующий производством _____

Согласовано:
Директор



В. В. Виссученко

Утверждено:
Директор ООО "Общественное питание"



М. Л. Фомин

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 218,31 руб							
17 марта 2026 г. 2 неделя							
2 - ый день ЗАВТРАК							
							80,20
12,90	13,40	19,80	248,00	362	Каша молочная ячневая со сливочным маслом(200/10)	210	32,46
1,20	3,10	21,00	118,00	ТТК	Пирог "Тигренок"	50	25,50
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	7,00
0,30	0,00	15,20	60,00	686	Кофейный напиток с молоком	200	15,24
2 - ый день ОБЕД							
0,78	1,80	4,38	53,40	612	Маринад овощной	60	12,42
3,12	3,44	23,01	94,40	111	Борщ "Сибирский" со сметаной (200/10)	210	26,46
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	59,67
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	18,00
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 248,65 руб							
2 - ый день ЗАВТРАК							
							94,2
3,12	4,44	0,00	60,60	97	Сыр твердый	15	12,11
7,06	9,20	13,01	199,30	302	Каша молочная ячневая со сливочным маслом(200/10)	210	32,35
3,90	4,60	28,10	155,00	ТТК	Пирог "Тигренок"	75	27,50
3,75	1,50	26,00	125,00	ТТК	Батон нарезной	50	7,00
6,20	2,70	15,90	79,00	692	Кофейный напиток с молоком	200	15,24
2 - ый день ОБЕД							
1,30	3,00	7,30	89,00	612	Маринад овощной	100	13,12
3,90	4,30	28,78	108,01	111	Борщ "Сибирский" со сметаной (250/10)	260	28,30
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	70,47
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	21
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 99,23 руб							
							99,23
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	59,67
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	18,00
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 113,03 руб							
							113,03
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	70,47
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	21,00
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	12,56
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	30	4,00

Заведующий производством _____

Согласовано:
Директор



В. С. Давыденко

Утверждаю:
Директор ООО "Самостоятельное питание"



И. Л. Фомин

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 218,31 руб							
18 марта 2026 г. 2 неделя							
3 - ый день ЗАВТРАК 80,20							
12,90	13,40	19,80	248,00	362	Пудинг творожно-манный	170	46,00
					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 138,11							
1,80	2,34	3,78	43,20	ТТК	Кукуруза консервированная припущенная	60	12,88
1,20	3,10	21,00	118,00	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной(200/10)	210	26,00
3,75	1,50	26,00	125,00	419	Котлета из кури	90	52,75
0,30	0,00	15,20	60,00	520	Картофельное пюре	150	23,00
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 248,65 руб							
3 - ый день ЗАВТРАК 94,20							
8,74	11,69	33,60	289,80	362	Пудинг творожно-манный	200	55,94
					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 154,45							
3,00	3,90	6,30	72,00	ТТК	Кукуруза консервированная припущенная	100	13,42
2,30	7,55	20,23	180,96	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной(250/10)	260	28,00
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из кури	100	59,55
3,78	8,10	26,28	204,37	520	Картофельное пюре	180	30
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 99,23 руб							
3,75	1,50	26,00	125,00	419	Котлета из кури	90	52,75
0,30	0,00	15,20	60,00	520	Картофельное пюре	150	23,00
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 113,03 руб							
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из кури	100	59,55
3,78	8,10	26,28	204,37	520	Картофельное пюре	180	30,00
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	30	4,00
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	14,48

Заведующий производством _____

Согласовано:
Директор



В. В. Денисова

Утверждаю:
Директор ООО "Общественное питание"



М. Л. Фомин
ПИТАНИЕ

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 218,31 руб							
19 марта 2026 г. 2 неделя							
4 - ый день ЗАВТРАК							
							80,20
14,10	16,30	27,90	221,00	334	Макароны отварные с яйцом с сыром	150	37,10
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	30,10
4 - ый день ОБЕД							
							138,11
0,54	2,28	2,34	40,02	45	Капуста квашеная с маслом растительным	60	12,88
3,20	4,88	17,12	126,40	171	Суп пюре из картофеля с гренками(200/10)	210	26,00
13,77	12,80	5,18	123,50	493	Курица, тушеная в соусе(90/20)	110	52,60
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	21,00
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	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 248,65 руб							
4 - ый день ЗАВТРАК							
							94,2
15,40	17,10	32,30	294,66	334	Макароны отварные с яйцом и сыром	200	43,7
1,56	4,55	0,07	70,90	96	Масло сливочное	10	7,4
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	30,10
4 - ый день ОБЕД							
							154,45
0,78	3,80	4,20	66,66	45	Капуста квашеная с маслом растительным	100	13,42
4,00	8,10	21,40	158,00	171	Суп пюре из картофеля с гренками(200/10)	260	28,00
17,30	17,22	5,75	133,22	493	Курица, тушеная в соусе(100/20)	120	62,40
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	25,00
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	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 99,23 руб							
13,77	12,80	5,18	123,50	493	Курица, тушеная в соусе(90/20)	110	52,60
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	21,00
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	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 113,03 руб							
17,30	17,22	5,75	133,22	493	Курица, тушеная в соусе(100/20)	120	62,40
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	25,00
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	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заведующий производством _____							

Согласовано:
Директор



Григоренко

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 218,31 руб							
20 марта 2026 г. 2 неделя							
5 - ый день ЗАВТРАК 80,20							
12,00	14,05	22,85	204,50	340	Омлет натуральный с маслом(150/10)	160	37,10
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	30,10
5 - ый день ОБЕД 138,11							
1,08	2,28	6,54	51,00	ТТК	Свекла отварная	60	8,20
2,08	6,24	11,44	92,80	235	Суп лапша с курой (200/10)	210	38,88
17,60	17,60	34,30	380,10	631	Жаркое по-домашнему	180	69,11
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	30	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	12,92
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 248,65 руб							
5 - ый день ЗАВТРАК 94,20							
14,56	16,74	33,51	338,11	340	Омлет натуральный со сливочным маслом (175/10)	185	51,10
3,62	4,12	14,25	127,50	ТТК	Йогурт молочный	125	30,10
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 154,45							
1,30	3,00	7,30	89,00	ТТК	Свекла отварная	100	10,30
6,60	9,17	36,10	212,04	235	Суп лапша с курой (250/10)	260	41,42
18,76	20,06	35,79	390,10	631	Жаркое по-домашнему	200	80,81
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	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 99,23 руб							
1,08	2,28	6,54	51,00	ТТК	Свекла отварная	60	8,20
17,60	17,60	34,30	380,10	631	Жаркое по-домашнему	180	69,11
2,81	0,35	17,21	122,40	ТТК	Хлеб крестьянский, обогащ. витаминами	40	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00
1,20	0,00	31,60	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	12,92
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 113,03 руб							
1,30	3,00	7,30	89,00	ТТК	Свекла отварная	100	10,30
18,76	20,06	35,79	390,10	631	Жаркое по-домашнему	200	80,81
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	5,00
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	4,00

Заведующий производством _____