

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

на 6 октября 2025 г.



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
7,31	8,85	41,19	293,32	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	260
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	60
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	30
16,00	15,62	115,15	685,30			
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217 руб						
Завтрак						
5,90	7,15	33,27	236,91	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	210
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	60
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	30
Обед						
1,05	3,11	5,95	56,16	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60
4,70	4,43	17,18	133,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
15,07	16,56	7,20	175,73	1308,17	Биточек куриный.	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
6,34	4,33	37,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
48,66	44,99	236,96	1 513,97			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
5,90	7,15	33,27	236,91	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	210
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	60
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	30
14,60	13,92	107,23	628,89			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
7,31	8,85	41,19	293,32	235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	260
6,21	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	60
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,43	0,30	14,64	72,60	894,01	Хлеб пшеничный.	30
Обед						
1,75	5,19	9,91	93,60	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100
5,88	5,54	21,48	166,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
16,74	17,96	0	191,66	1308,02	Биточек куриный	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
7,61	5,20	45,44	262,14	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
55,84	52,54	258,62	1 727,92			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
1,05	3,11	5,95	56,16	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60
4,70	4,43	17,18	133,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
15,07	16,56	7,20	175,73	1308,17	Биточек куриный.	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
6,34	4,33	37,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
34,06	31,07	129,73	885,08			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,75	5,19	9,91	93,60	818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100
5,88	5,54	21,48	166,64	139	Суп картофельный с бобовыми	250
2,59	0,32	15,62	80,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	20
16,74	17,96	0	191,66	1308,02	Биточек куриный	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
7,61	5,20	45,44	262,14	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	12,13	64,75	1148	Хлеб ржаной	25
39,84	36,91	143,46	1 042,62			

Технолог:

Директор образовательного учреждения

на 7 октября 2025 г.

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
С. Козырева

Выход: г _____

250
85

Утверждаю,
Директор
"Федерального центра
питания"
Ю. Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
25,20	28,28	8,15	381,57	891	Омлет запеченный или паровой	
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	250
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	85
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
30,65	55,19	87,98	774,21			20
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	85
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
						20
Обед						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	60
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свиной	200
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	220
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
52,44	96,61	202,68	1 607,87			20
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	
3,51	27,54	56,25	288,00	806,16	Слойка с яблоком	200
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	90
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
25,81	51,07	89,47	713,90			20
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
25,20	28,28	8,15	381,57	891	Омлет запеченный или паровой	
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	250
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	85
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
						20
Обед						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	100
20,12	46,08	60,98	639,35	1018	Плов со свиной	250
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	250
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
62,39	109,45	221,34	1 825,17			25
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	60
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свиной	200
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	220
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
26,83	47,07	116,33	909,97			20
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	100
20,12	46,08	60,98	639,35	1018	Плов со свиной	250
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	250
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
31,74	54,26	133,37	1 050,96			25

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 8 октября 2025 г.



Утверждаю,
Директор
ООО «Комбинат общественного питания»
О.С. Козлова

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
18,56	7,82	13,00	185,09	1060	Шницель из птицы	90
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	20
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
31,29	16,23	102,30	671,22			20
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
16,50	6,95	11,55	164,53	1060	Шницель из птицы	80
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	20
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	200
1,61	0,68	8,03	42,60	897	Хлеб пшеничный	15
1,28	0,50	7,28	38,85	1148	Хлеб ржаной	15
Обед						
0,48	0,06	1,68	9,00	836	Огурцы свежие порционно	60
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
143,73	170,50	97,52	2 535,10	661,06	Котлета Деревенская.	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
188,48	199,37	299,47	3 779,96			20
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
16,50	6,95	11,55	164,53	1060	Шницель из птицы	80
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	20
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	200
1,61	0,68	8,03	42,60	897	Хлеб пшеничный	15
1,28	0,50	7,28	38,85	1148	Хлеб ржаной	15
27,00	14,11	88,18	579,81			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
18,56	7,82	13,00	185,09	1060	Шницель из птицы	90
0,28	1,02	1,35	15,82	600,01	Соус сметанный с томатом	20
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0,15	0,06	17,06	70,44	917,02	Компот из ягод	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
Обед						
0,80	0,10	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	100
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
159,70	189,44	108,36	2 816,78	661,06	Котлета Деревенская.	100
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
212,42	223,33	343,93	4 270,94			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,48	0,06	1,68	9,00	836	Огурцы свежие порционно	60
2,16	5,10	14,24	111,32	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
143,73	170,50	97,52	2 535,10	661,06	Котлета Деревенская.	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
9,32	5,95	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
161,48	185,26	211,29	3 200,14			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
0,80	0,10	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	100
2,70	6,38	17,80	139,15	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
159,70	189,44	108,36	2 816,78	661,06	Котлета Деревенская.	100
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	180
0,68	0,28	27,62	128,62	705	Напиток из плодов шиповника	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
181,14	207,10	241,63	3 599,72			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 9 октября 2025 г.

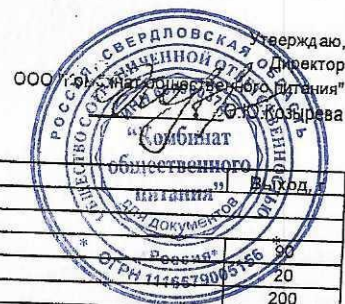


Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
7,45	8,40	35,17	259,63	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,20	7,80	44,16	259,53	450,24	Кекс с изюмом	60
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
18,86	17,55	111,38	668,20			
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
6,02	6,79	28,41	209,70	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	210
8,20	7,80	44,16	259,53	450,24	Кекс с изюмом	60
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
Обед						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	60
1,52	4,98	7,31	106,00	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,60	4,84	2,98	119,00	1023	Фрикасе из мяса птицы с соусом	90
3,54	8,36	34,05	225,94	990	Рис припущенный с овощами	150
0,11	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
43,84	37,12	195,62	1 303,09			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
6,02	6,79	28,41	209,70	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	210
8,20	7,80	44,16	259,53	450,24	Кекс с изюмом	60
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
17,43	15,94	104,62	618,27			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
7,45	8,40	35,17	259,63	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,20	7,80	44,16	259,53	450,24	Кекс с изюмом	60
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
Обед						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	100
1,90	6,23	9,14	132,50	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
17,33	5,38	3,31	132,22	1023	Фрикасе из мяса птицы с соусом	100
4,25	10,04	40,86	271,13	990	Рис припущенный с овощами	180
0,11	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
49,49	42,66	218,01	1 474,68			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	60
1,52	4,98	7,31	106,00	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,60	4,84	2,98	119,00	1023	Фрикасе из мяса птицы с соусом	90
3,54	8,36	34,05	225,94	990	Рис припущенный с овощами	150
0,11	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
26,41	21,18	91,00	684,82			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	100
1,90	6,23	9,14	132,50	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
17,33	5,38	3,31	132,22	1023	Фрикасе из мяса птицы с соусом	100
4,25	10,04	40,86	271,13	990	Рис припущенный с овощами	180
0,11	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
30,63	25,11	106,62	806,48			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 10 октября 2025 г.



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
19,54	4,94	13,60	181,70	1150	Котлета из мяса кур	
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
32,02	12,95	100,81	652,54			20
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
17,37	4,39	12,09	161,51	1150	Котлета из мяса кур	
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	80
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	170
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
						20
Обед						
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	60
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	200
13,71	10,74	11,96	226,71	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	5
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	90
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
53,20	38,70	190,27	1 349,95			20
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
17,37	4,39	12,09	161,51	1150	Котлета из мяса кур	
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	80
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	170
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
28,58	11,53	91,72	588,66			20
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
19,54	4,94	13,60	181,70	1150	Котлета из мяса кур	
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	90
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	20
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
						20
Обед						
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	250
15,23	11,93	13,29	251,90	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	5
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	100
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
60,75	46,14	216,58	1 556,04			25
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	60
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	200
13,71	10,74	11,96	226,71	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	5
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	90
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	150
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	200
1,70	0,66	9,70	51,80	1147	Хлеб ржаной.	20
24,62	27,16	98,55	761,28			20
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	250
15,23	11,93	13,29	251,90	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	5
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	100
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
28,73	33,19	115,77	903,50			25

Технолог:
С.В. Козырева

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 11 октября 2025 г.



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
9,35	10,09	41,33	315,38	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	
2,43	11,75	25,37	215,25	815,06	Бутерброд с маслом и повидлом	260
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	60
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	200
14,99	23,19	98,74	679,67			30
Первоуральск ШУ 5-11 кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
9,35	10,09	41,33	315,38	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	
2,43	11,75	25,37	215,25	815,06	Бутерброд с маслом и повидлом	260
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	60
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	200
Обед						
0,80	0,10	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	
4,19	4,29	20,68	138,33	1152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	250
8,38	18,81	10,35	245,49	1062,03	Котлета Полтавская	5
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	100
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	20
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
45,96	57,37	241,97	1 680,36			25
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
0,80	0,10	2,80	15,00	836	Огурцы свежие порционно	
4,19	4,29	20,68	138,33	1152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	100
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	250
8,38	18,81	10,35	245,49	1062,03	Котлета Полтавская	5
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	100
11,19	7,14	58,35	341,52	998	Каша гречневая рассыпчатая	20
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	180
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	200
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной.	25
30,97	34,19	143,23	1 000,69			25

Технолог:

[Handwritten signature]