

на 20 октября 2025 г.

ОАО "Комбинат общественного питания"

Технолог

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 21 октября 2025 г.

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование-блюда	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	200
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
Обед						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	60
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свиной	220
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
52,44	96,61	202,68	1 607,87			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
20,16	22,63	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	200
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,14	0,90	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
25,61	49,54	86,35	697,90			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
24,19	27,15	7,82	366,31	891	Омлет запеченный или паровой	240
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
Обед						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	100
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250
20,12	46,08	60,98	639,35	1018	Плов со свиной	250
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
61,92	108,54	223,69	1 824,10			
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
24,19	27,15	7,82	366,31	891	Омлет запеченный или паровой	240
3,32	26,01	53,13	272,00	806,16	Слойка с яблоком	85
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25
30,18	54,29	90,32	773,15			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,10	0,20	3,89	24,00	835	Помидоры порционно	100
5,48	5,94	15,30	137,56	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250
20,12	46,08	60,98	639,35	1018	Плов со свиной	250
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
31,74	54,26	133,37	1 050,96			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,66	0,12	2,33	14,40	835	Помидоры порционно	60
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200
17,71	40,55	53,66	562,62	1018	Плов со свиной	220
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
26,83	47,07	116,33	909,97			

Технолог

[Handwritten signature]

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 22 октября 2025 г.

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
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
13,28	16,95	11,79	256,09	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
58,02	45,82	213,74	1 500,94			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 86 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
14,75	18,83	13,10	284,54	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
67,47	52,72	248,67	1 738,70			
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			
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
14,75	18,83	13,10	284,54	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
36,19	36,49	146,37	1 067,48			
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
13,28	16,95	11,79	256,09	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
31,03	31,71	125,55	921,13			

Технолог

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 23 октября 2025 г.

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
6,02	6,79	28,41	199,54	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	210
8,22	8,94	9,54	148,92	806,44	Маффин творожный®	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
43,86	38,26	161,00	1 182,32			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
6,02	6,79	28,41	199,54	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	210
8,22	8,94	9,54	148,92	806,44	Маффин творожный®	60
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
17,45	17,08	70,00	497,50			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
7,45	8,40	35,17	247,05	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,22	8,94	9,54	148,92	806,44	Маффин творожный®	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
49,51	43,80	183,39	1 351,49			
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
7,45	8,40	35,17	247,05	1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	260
8,22	8,94	9,54	148,92	806,44	Маффин творожный®	60
0	0	16,00	63,84	1188	Чай с сахаром	200
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
18,88	18,69	76,76	545,01			
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			
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			

Технолог

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 24 октября 2025 г.

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Первоуральск ШУ 1-4кл комплекс 217руб						
Завтрак						
17,37	4,39	12,09	161,51	1150	Котлета из мяса кур	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	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						
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
13,71	10,74	11,96	226,71	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	90
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
53,20	38,70	190,27	1 349,95			
Первоуральск ШУ 1-4кл завтрак 95 руб						
17,37	4,39	12,09	161,51	1150	Котлета из мяса кур	80
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
7,19	4,91	42,92	247,58	516	Макаронные изделия отварные с маслом	170
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	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
28,58	11,53	91,72	588,66			
Первоуральск ШУ 5-11кл комплекс 249 руб						
Завтрак						
19,54	4,94	13,60	101,70	1150	Котлета из мяса кур	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	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						
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,23	11,93	13,29	251,90	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
60,75	46,14	216,58	1 556,04			
Первоуральск ШУ 5-11 кл завтрак 108 руб						
19,54	4,94	13,60	181,70	1150	Котлета из мяса кур	90
0,12	0,66	1,16	11,12	1126	Соус томатный	20
8,46	5,78	50,49	291,27	516	Макаронные изделия отварные с маслом	200
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	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
32,02	12,95	100,81	652,54			
Первоуральск ШУ 5-11 кл обед 141 руб						
1,50	5,17	9,12	89,00	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100
1,91	6,85	13,68	124,43	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,23	11,93	13,29	251,90	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
3,91	6,05	26,44	176,35	995	Пюре картофельное	180
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
28,73	33,19	115,77	903,50			
Первоуральск ШУ 1-4кл обед 122 руб						
0,90	3,10	5,47	53,40	992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60
1,52	5,48	10,94	99,54	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200
1,15	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
13,71	10,74	11,96	226,71	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	90
3,26	5,04	22,03	146,96	995	Пюре картофельное	150
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	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
24,62	27,16	98,55	761,28			

Технолог

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

на 25 октября 2025 г.

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

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

Технолог