

Согласовано:  
Директор

Утверждаю:  
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 209,91 руб							
20 октября 2025 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	58,62
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	14,53
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	13,48
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	67,82
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	18,60
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	13,48
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
12,60	11,93	3,06	173,70	423	Бефстроганов	90	58,62
5,10	9,45	34,20	244,50	516	Макаронные изделия отварные	150	14,53
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	13,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
15,27	14,04	10,90	194,48	423	Бефстроганов	100	67,82
6,12	11,34	41,04	293,40	516	Макаронные изделия отварные	180	18,60
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	13,48

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор

Утверждаю:  
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 209,91 руб							
21 октября 2025 г.							
2 - ый день ЗАВТРАК							
							79,81
12,90	13,40	19,80	248,00	362	Каша молочная ячневая со сливочным маслом(200/10)	210	32,25
1,20	3,10	21,00	118,00	ТТК	Пирог "Тигренок"	50	25,32
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							
							130,10
0,78	1,80	4,38	53,40	612	Маринад овощной	60	8,99
3,12	3,44	23,01	94,40	111	Борщ "Сибирский" со сметаной (200/10)	210	25,70
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	57,54
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,53
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	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
2 - ый день ЗАВТРАК							
							93,8
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	32,25
3,90	4,60	28,10	155,00	ТТК	Пирог "Тигренок"	75	27,20
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							
							145,28
1,30	3,00	7,30	89,00	612	Маринад овощной	100	10,33
3,90	4,30	28,78	108,01	111	Борщ "Сибирский" со сметаной (250/10)	260	26,27
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	65,67
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,75
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	15,48
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							
13,51	11,50	16,60	128,60	437	Гуляш	90	57,54
8,70	7,80	42,60	279,00	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,53
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	4,94
1,32	0,24	6,68	34,80	ТТК	Хлеб чусовской	20	3,84
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
15,14	13,40	17,33	182,55	437	Гуляш	100	65,67
10,44	9,36	51,12	334,80	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,75
0,00	0,00	15,99	64,00	ТТК66	Напиток витаминный из шиповника	200	15,48
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

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор

Утверждаю  
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 209,91 руб							
22 октября 2025 г.							
3- ый день ЗАВТРАК							
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							
17,17	17,99	47,20	353,10	ТТК	Огурец свежий	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 кури	90	48,27
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
0,20	0,00	15,10	60,00	ТТК81	Напиток витаминный "Витوشка"	200	16,37
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 239,08 руб							
3- ый день ЗАВТРАК							
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							
0,80	0,00	2,50	2,60	ТТК	Огурец свежий	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 кури	100	54,91
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
0,20	0,00	15,00	60,00	ТТК81	Напиток витаминный "Витوشка"	200	16,37
Заречный ШУ 1-4 кл комплекс 95,41 руб							
3,75	1,50	26,00	125,00	419	Котлета из кури	90	48,27
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
0,20	0,00	15,10	60,00	ТТК81	Напиток витаминный "Витوشка"	200	16,37
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
19,90	16,10	48,30	221,30	419	Котлета из кури	100	54,91
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
0,20	0,00	15,00	60,00	ТТК81	Напиток витаминный "Витوشка"	200	16,37
Заведующий производством _____							

Согласовано:  
Директор

Утверждаю  
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 209,91 руб							
23 октября 2025 г.							
4 - ый день ЗАВТРАК							
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							
0,66	0,00	2,28	12,00	ТТК	Помидор свежий	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, тушенная в соусе(90/20)	110	53,85
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	20,52
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
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							
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							
1,10	0,00	3,80	20,00	ТТК	Помидор свежий	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, тушенная в соусе(100/20)	120	63,70
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	23,94
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
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							
13,77	12,80	5,18	123,50	493	Курица, тушенная в соусе(90/20)	110	53,85
3,90	6,00	37,05	220,50	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	150	20,52
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
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							
17,30	17,22	5,75	133,22	493	Курица, тушенная в соусе(100/20)	120	63,70
4,78	6,66	41,16	245,00	43/3/1	Рис припущенный с куркумой	180	23,94
0,00	0,00	30,60	118,00	648	Кисель плодово-ягодный	200	12,26
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 _____							

Согласовано:  
Директор

Утверждаю:  
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 209,91 руб							
24 октября 2025 г.							
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	65,56
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	13,48
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	78,11
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	13,48
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							
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	65,56
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	13,48
Заречный ШУ 5-11кл комплекс 108,68 руб							
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	78,11
0,30	0,00	27,10	126,00	639	Напиток из плодов сушеных	200	13,48
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 \_\_\_\_\_