

20.10.2025

Березники ШУ (завтрак ўсил) 7-11л 105,40

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
рецептуры	Завтрак					
444.01	Плов со свининой	250	18,09	21	48,97	438,6
444,01		15	0,12		0,26	2
1 006	Огурцы соленые		1 0,12			62.9
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
004.01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
894,01		120	0,48		11,76	88
976	Яблоки свежие				86,75	640,8
	Итого за Завтрак	605	20,31	21		
	Итого за день	605	20,31	21	86,75	640,8



20.10.2025

# Березники ШУ Комплекс 7-11 лет 105,40р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
рецентуры	<u>Обед</u>			,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	_	
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
444,01	Плов со свининой	250	18,09	21	48,97	438,6
1 006	Огурцы соленые	15	0,12		0,26	2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	705	23,47	24	98,64	685,3
	Итого за день	705	23,47	24	98,64	685,3

Согласовано

Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" .Ю.Козырева

20.10.2025

# Березники ШУ Комплекс 12+ лет 118,18р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
1	<u>Обед</u>					
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
444,01	Плов со свининой	280	20,26	23	54,85	491,2
1 006	Огурцы соленые	20	0,16		0,34	2,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	800	27	26	112,95	783,7
	Итого за день	800	27	26	112,95	783,7



20.10.2025

#### Березники ШУ Комплекс 7-11 лет 136,60р

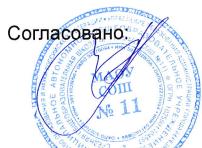
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	<u>Завтрак</u>					
1 141,09	Печенье детское_@	40	3	4	22,67	162,8
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	260	9,35	10	41,33	315,4
005	сливочным					
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	500	12,41	14	79,16	538,1
	<u>Обед</u>		,			
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
444,01	Плов со свининой	250	18,09	21	48,97	438,6
1 006	Огурцы соленые	15	0,12		0,26	2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	705	23,47	24	98,64	685,3
	Итого за день	1 205	35,88	38	177,8	1 223,4



20.10.2025

### Березники ШУ Комплекс 12+ лет 149,38р

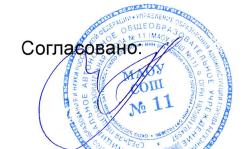
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	<u>Завтрак</u>					
1 141,09	Печенье детское_@	40	3	4	22,67	162,8
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	310	11,15	12	49,28	376
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	550	14,21	16	87,11	598,7
	<u>Обед</u>					
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
444,01	Плов со свининой	280	20,26	23	54,85	491,2
1 006	Огурцы соленые	20	0,16		0,34	2,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	800	27	26	112,95	783,7
	Итого за день	1 350	41,21	42	200,06	1 382,4



20.10.2025

Березники ШУ завтрак 50руб рп

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	<u>Завтрак</u>					
1 141,09	Печенье детское_@	40	3	4	22,67	162,8
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	260	9,35	10	41,33	315,4
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
A	Итого за Завтрак	500	12,41	14	79,16	538,1
	Итого за день	500	12,41	14	79,16	538,1



20.10.2025

#### Березники ШУ комплекс без супа 120р рп

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	Обед					į
444,01	Плов со свининой	250	18,09	21	48,97	438,6
1 006	Огурцы соленые	15	0,12		0,26	2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
	Итого за Обед	605	20,31	21	86,75	640,8
	Итого за день	605	20,31	21	86,75	640,8



20.10.2025

### Березники ШУ Комплекс с супом 120р рп

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	<u>Обед</u>					
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
444,01	Плов со свининой	250	18,09	21	48,97	438,6
1 006	Огурцы соленые	15	0,12		0,26	2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	705	23,47	24	98,64	685,3
	Итого за день	705	23,47	24	98,64	685,3



20.10.2025

# Березники ШУ Комплекс 7-11 лет 150,00р р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак	1				
1 141,09	Печенье детское_@	40	3	4	22,67	162,8
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	260	9,35	10	41,33	315,4
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	500	12,41	14	79,16	538,1
	<u>Обед</u>					
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
444,01	Плов со свининой	250	18,09	21	48,97	438,6
1 006	Огурцы соленые	15	0,12		0,26	2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	705	23,47	24	98,64	685,3
	Итого за день	1 205	35,88	38	177,8	1 223,4



20.10.2025

# Березники ШУ Комплекс Спортсмены 300р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак					and the state of t
349,02	Яйцо вареное	50	6,38	6	0,38	78,8
1 141,09	Печенье детское_@	30	2,25	3	17	122,1
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	300	10,79	12	47,69	363,9
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	580	19,48	21	80,23	624,7
	<u>Обед</u>					
1 039	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8
444,01	Плов со свининой	280	20,26	23	54,85	491,2
1 006	Огурцы соленые	20	0,16		0,34	2,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
806,44	Маффин творожный®	60	8,22	9	9,54	148,9
	Итого за Обед	850	34,38	35	117,62	907,5
	Итого за день	1 430	53,86	56	197,85	1 532,2