

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

22.05.2023 (понедельник)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	20,24	182,7
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,87	1	12,76	98,9
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		425	8,73	8	50,72	361,4
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<b><u>Обед</u></b>						
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	38,7
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	70	14,17	8	8,57	164,8
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,52	5	33,57	197,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		690	27,95	19	112,08	753,8
<b><u>Полдник</u></b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	147
904	Соус молочный (сладкий)	30	0,59	2	4,03	32,6
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		310	18,77	14	37,67	361,9
<b>Итого за день</b>		1 525	55,45	41	211,67	1 522,1

Согласовано:

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



22.05.2023 (понедельник)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,51	6	15,18	137
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,87	1	12,76	98,9
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		345	7,23	7	43,42	306,7
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<b><u>Обед</u></b>						
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	72,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	19,4
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	60	12,14	7	7,35	141,3
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	155,5
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		535	22,61	16	85,31	590,1
<b><u>Полдник</u></b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	147
904	Соус молочный (сладкий)	30	0,59	2	4,03	32,6
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		270	17,09	13	31,38	319,7
<b>Итого за день</b>		1 250	46,93	36	171,31	1 261,5

Согласовано:

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



23.05.2023 (вторник)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		415	10,2	12	84,91	432,1
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<b><u>Обед</u></b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
827	Биточек мясной рубленый	70	10,89	9	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
990	Рис припущенный с овощами	120	2,83	7	27,24	181,8
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		715	21,4	22	111,13	743,5
<b><u>Полдник</u></b>						
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
686	Чай с лимоном*	180	0,05		13,65	53,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		280	13,26	7	35,93	266,7
<b>Итого за день</b>		1 510	44,86	41	243,17	1 487,3

Согласовано:

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



23.05.2023 (вторник)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	6,23	6	44,76	203,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		345	8,64	11	71,33	371,6
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<b><u>Обед</u></b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	20	0,24	1	1,48	19,4
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,51	2	14,22	78,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
827	Биточек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
990	Рис припущенный с овощами	110	2,6	6	24,97	166,7
654	Кисель из плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		575	18,27	19	101,95	664
<b><u>Полдник</u></b>						
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	50	7,67	5	5,9	98,9
686	Чай с лимоном*	150	0,04		11,37	44,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		225	9,78	5	28,84	206
<b>Итого за день</b>		1 245	36,69	35	213,32	1 286,6

Согласовано:

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



24.05.2023 (среда)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	7,51	7	41,1	263,3
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		415	12,53	10	73,39	444,9
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	47
<b><u>Обед</u></b>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
444,01	Плов со свининой.	150	9,35	18	35,38	338,1
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		605	15,33	22	94,38	671,8
<b><u>Полдник</u></b>						
1 297	Запеканка из творога с рисом	70	7,73	6	10,7	127,7
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		265	14,55	12	32,01	301,6
<b>Итого за день</b>		1 385	42,81	44	209,58	1 465,3

Согласовано:

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



24.05.2023 (среда)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным	160	6,01	6	32,88	210,6
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		345	11,03	9	62,78	382,6
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	47
<b><u>Обед</u></b>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
444,01	Плов со свиной.	130	8,11	15	30,67	293,1
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		485	11,95	19	73,12	535,5
<b><u>Полдник</u></b>						
1 297	Запеканка из творога с рисом	60	6,63	5	9,17	109,5
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		250	13,04	11	28,04	271,3
<b>Итого за день</b>		1 180	36,42	39	173,74	1 236,4

Согласовано:

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



25.05.2023 (четверг)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	4,48	4	35,08	198,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	107,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		415	10,37	12	67,74	426,6
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<b><u>Обед</u></b>						
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	200	3,28	6	14,74	123
437,01	Гуляш из мяса свинины	70	9,35	17	2,72	205,8
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	123,8
912	Компот из свежих яблок.	180	0,14		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		650	20,56	28	82,64	677,2
<b><u>Полдник</u></b>						
892	Омлет с картофелем	70	4,78	6	6,75	99,3
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		275	6,85	6	31,79	215,4
<b>Итого за день</b>		1 440	37,78	46	193,37	1 364,2

Согласовано:

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



25.05.2023 (четверг)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	160	3,58	4	28,06	158,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06	89,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>8,89</b>	<b>12</b>	<b>57,71</b>	<b>368,9</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>
<b><u>Обед</u></b>						
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,2
437,01	Гуляш из мяса свинины	60	8,01	15	2,33	176,4
1 032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	104,7
912	Компот из свежих яблок.	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>16,61</b>	<b>22</b>	<b>65,21</b>	<b>545,9</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
892	Омлет с картофелем	60	4,1	5	5,78	85,1
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>5,76</b>	<b>5</b>	<b>26,14</b>	<b>180,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>31,26</b>	<b>39</b>	<b>160,26</b>	<b>1 139,9</b>



Согласовано:

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



26.05.2023 (пятница)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	158,5
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		415	10,44	9	65,22	336,5
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<b><u>Обед</u></b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,14	125
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	38,7
1 063	Тефтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
654	Кисель из плодов шиповника	180	0,18		33,66	134,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		675	22,18	15	111,76	679,1
<b><u>Полдник</u></b>						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
941	Сдоба обыкновенная	70	6,62	3	41,41	207,4
<b>Итого за Полдник</b>		250	11,84	9	49,87	315,4
<b>Итого за день</b>		1 440	44,46	33	238,05	1 376

Согласовано:

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



26.05.2023 (пятница)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	160	4,34	5	27,07	126,8
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		345	9,36	8	56,22	295,8
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<b><u>Обед</u></b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	150	3,52	3	12,85	93,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	19,4
1 063	Тефтели рыбные.	60	7,59	4	7,89	93,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14	128
654	Кисель из плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		540	16,95	12	84,56	520,7
<b><u>Полдник</u></b>						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
941	Сдоба обыкновенная	60	5,68	3	35,49	177,7
<b>Итого за Полдник</b>		210	10,03	8	42,54	267,7
<b>Итого за день</b>		1 195	36,34	28	194,52	1 129,2