

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

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

23.01.2023 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белка г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	4,48	4	35,08	198,4
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	10,73	8	68,46	401,7

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47

Обед

1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,59	4	10,55	83,3
827	Биточек мясной рубленый	70	10,89	9	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		3,5	72
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		690	23,45	21	83,55	683

Полдник

1 297	Запеканка рисовая с творогом	70	7,68	6	10,68	125,3
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		300	10,97	8	40,54	280,3
Итого за день		1 505	45,55	37	202,35	1 412

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белка г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	160	3,58	4	28,06	158,7
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12,89	66
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	9,62	8	58,87	348,8

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47

Обед

1 175	Рассольник домашний со сметаной	150	1,19	3	7,91	62,5
827	Биточек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	155,5
654	Кисель из плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		525	18,52	17	87,8	581,4

Полдник

1 297	Запеканка рисовая с творогом	50	5,49	4	7,63	89,5
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,6	1	6,53	41,1
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		245	8,25	6	33,07	221,8
Итого за день		1 215	36,79	31	189,54	1 199

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

24.01.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
846	Каша овсяная Гёркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	101,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	11,91	18	56,05	441,9

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

Обед

999	Капуста тушеная.	30	0,72	1	2,85	25,6
1 033	Свекольник со сметаной*	200	2,3	3	18,92	109,3
1 063	Тфтели рыбные*	70	8,86	4	9,2	109,5
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		705	21,62	17	103,11	680,3

Полдник

972	Омлет натуральный*	70	5,73	7	2,32	93,6
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		300	8,62	8	30,99	232,9
Итого за день		1 520	42,15	43	201,35	1 400,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

24.01.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
846	Каша овсяная Гёркулес вязкая молочная с маслом сливочным	180	5,45	8	25,67	198,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78	84,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		365	10,74	16	51,04	403

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

Обед

999	Капуста тушеная.	30	0,72	1	2,85	25,6
1 033	Свекольник со сметаной*	150	1,73	2	14,19	82
1 063	Тфтели рыбные*	60	7,59	4	7,89	93,9
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
995	Пюре картофельное	110	2,99	4	18,3	137,5
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,6	1	6,53	41,1
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		550	16,22	13	75,96	505,3

Полдник

972	Омлет натуральный*	60	4,91	6	1,99	80,2
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		4,35	27,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		230	6,74	6	22,56	177,1
Итого за день		1 245	33,7	35	160,76	1 130,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

25.01.2023 (среда)

25.01.2023 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак						
302	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,47	8	43,93	306
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
810	Бутерброд с сыром	2,5	4,17	3	13,67	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	13,49	11	76,22	487,6

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

Обед						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,94	2	13,74	80,9
1 054	Котлета Детская мясная	70	10,89	9	11,19	170,4
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	130	3,22	4	33,72	183,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	10,89	68,5
1 147	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		670	20,95	19	104,17	690,5

Полдник						
1 073	Пудинг творожный	60	7,83	5	8,72	113,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
897	Хлеб пшеничный	15	1,6	1	6,53	41,1
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		285	15,43	12	31,98	300,7
Итого за день		1 470	49,87	42	223,57	1 523,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак						
302	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	160	6,78	6	35,15	244,8
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	11,8	9	65,05	416,8

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

Обед						
520	Икра овощная свекольная	20	0,27	2	1,85	22,2
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	60,7
1 054	Котлета Детская мясная	60	9,33	8	9,59	146,1
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	110	2,72	3	28,53	155,5
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 147	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		540	17,23	17	84,6	562,5

Полдник						
1 073	Пудинг творожный	50	6,52	4	7,27	94,6
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		4,35	27,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		240	12,72	9	26,94	250,1
Итого за день		1 225	41,75	35	187,79	1 274,4

Handwritten signature

Handwritten signature

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

26.01.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
1 284	Суп молочный с вермишелью				200	6,42	7	26,82	198,2
1 110	Кофейный напиток с молоком				180	3,45	4	12,94	101,3
808	Бутерброд с маслом сливочным				35	2,19	7	14,48	132,2
1 148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак					425	12,91	18	58,49	457,6

Завтрак 2										
707	Сок натуральный				100				11,2	45
Итого за Завтрак 2					100				11,2	45

Обед										
813	Икра кабачковая пром.производства				30	0,37	3	2,31	35,7	
1 049	Суп-пюре из гороха				200	5,59	2	15,84	104,9	
943	Гренки из пшеничного хлеба				10	1,26		7,73	37,6	
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом				70	14,17	8	8,57	164,8	
1 126	Соус томатный				20	0,1	1	0,79	11,3	
1 032	Каша гречневая вязкая*				150	4,03	4	20,8	142,8	
705	Напиток из плодов шиповника				180	0,29		16,61	69,9	
897	Хлеб пшеничный				30	3,2	1	13,06	82,2	
1 147	Хлеб ржаной.				10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Обед					700	30,06	19	89,96	675,1	

Полдник										
892	Омлет с картофелем				70	4,76	10	5,49	127,7	
699	Напиток лимонный				180	0,13		21,99	91,1	
897	Хлеб пшеничный				20	2,13	1	8,71	54,8	
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный				10	0,76		4,99	24,6	
Итого за Полдник					280	7,78	11	41,18	298,2	
Итого за день					1 505	50,75	48	200,83	1 475,9	

Handwritten signature and date.

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

26.01.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
1 284	Суп молочный с вермишелью				170	5,45	6	22,79	168,5
1 110	Кофейный напиток с молоком				150	2,88	3	10,78	84,4
808	Бутерброд с маслом сливочным				25	1,56	5	10,34	94,4
1 148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак					355	10,74	14	48,16	373,2

Завтрак 2										
707	Сок натуральный				100				11,2	45
Итого за Завтрак 2					100				11,2	45

Обед										
813	Икра кабачковая пром.производства				20	0,38	2	1,54	23,8	
1 049	Суп-пюре из гороха				150	4,2	2	11,88	78,6	
943	Гренки из пшеничного хлеба				5	0,63		3,86	18,8	
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом				60	12,14	7	7,35	141,3	
1 126	Соус томатный				20	0,1	1	0,79	11,3	
1 032	Каша гречневая вязкая*				120	3,23	3	16,64	114,3	
705	Напиток из плодов шиповника				150	0,24		13,84	58,2	
897	Хлеб пшеничный				20	2,13	1	8,71	54,8	
1 147	Хлеб ржаной.				10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Обед					555	23,9	16	68,86	527	

Полдник										
892	Омлет с картофелем				60	4,08	8	4,71	109,5	
699	Напиток лимонный				150	0,11		18,32	75,9	
897	Хлеб пшеничный				10	1,07		4,35	27,4	
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный				10	0,76		4,99	24,6	
Итого за Полдник					230	6,02	8	32,37	237,4	
Итого за день					1 240	40,66	38	160,59	1 182,6	

Handwritten signature and date.

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

27.01.2023 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
853	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	7,51	7	41,1	263,3
919	Какао с молоком	180	3,39	4	14,16	103
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	15,92	14	73,18	490,4

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

Обед						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 069	Суфле из рыбы*	70	10,89	3	5,23	103,3
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
990	Рис припущенный с овощами	130	3,12	6	29,09	181,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	10,89	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		675	21,18	19	91,15	638,8

Полдник						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
1 190	Ватрушка с творогом*	60	5,7	6	18,49	149,7
Итого за Полдник		240	10,92	12	26,95	257,7
Итого за день		1 430	48,02	45	202,48	1 431,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева

27.01.2023 (пятница)

Красноуфимск Яс Г-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
853	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	5,64	5	30,83	197,4
919	Какао с молоком	180	3,39	4	14,16	103
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,67	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		365	14,05	12	62,91	424,5

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

Обед						
814	Икра овощная морковная	20	0,19	1	1,22	15,9
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	1,43	4	7,03	71,3
1 069	Суфле из рыбы*	60	9,33	2	4,49	88,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
990	Рис припущенный с овощами	110	2,64	5	24,61	153,9
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		545	17,55	14	74,56	520,5

Полдник						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
1 190	Ватрушка с творогом*	50	4,75	5	15,41	124,7
Итого за Полдник		200	9,1	10	22,46	214,7
Итого за день		1 210	40,7	36	171,13	1 204,7