

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



09.01.2023 (понедельник)

Утверждаю директор

### Краснофимск ДС-3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>10,73</b>	<b>8</b>	<b>68,46</b>	<b>401,7</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,59	4	10,55	83,3
827	Биточек мясной рубленый	70	0,54		0,56	8,5
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>690</b>	<b>13,1</b>	<b>12</b>	<b>72,92</b>	<b>521,1</b>
<b>Полдник</b>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	70	7,68	6	10,68	125,3
626	Соус из курати	20	0,11		3,72	15,5
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>10,68</b>	<b>7</b>	<b>41,57</b>	<b>274,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 505</b>	<b>34,91</b>	<b>27</b>	<b>192,75</b>	<b>1 243,9</b>

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



09.01.2023 (понедельник)

Утверждаю директор

### Краснофимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>9,62</b>	<b>8</b>	<b>58,87</b>	<b>348,8</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
1 175	Рассольник домашний со сметаной	150	1,19	3	7,91	62,5
827	Биточек мясной рубленый	60	0,47		0,48	7,3
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>9,66</b>	<b>9</b>	<b>78,69</b>	<b>442,6</b>
<b>Полдник</b>						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	50	5,49	4	7,63	89,5
626	Соус из курати	20	0,11		3,72	15,5
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>245</b>	<b>7,96</b>	<b>5</b>	<b>34,1</b>	<b>215,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>27,64</b>	<b>22</b>	<b>181,46</b>	<b>1 054</b>

Согласовано:

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



10.01.2023 (вторник)

### Краснофимск ДС-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	

846	Каша овсяная Геркулес 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>11,91</b>	<b>18</b>	<b>56,05</b>	<b>441,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	

999	Капустя 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>21,62</b>	<b>17</b>	<b>103,11</b>	<b>680,3</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Подлинк</b>		<b>300</b>	<b>8,62</b>	<b>8</b>	<b>30,99</b>	<b>232,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 495</b>	<b>42,15</b>	<b>43</b>	<b>198,55</b>	<b>1 388,9</b>

*[Signature]*

Согласовано:

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



10.01.2023 (вторник)

### Краснофимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	

846	Каша овсяная Геркулес 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>10,74</b>	<b>16</b>	<b>51,04</b>	<b>403</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	

999	Капустя 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>550</b>	<b>16,22</b>	<b>13</b>	<b>75,96</b>	<b>505,3</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Подлинк</b>		<b>230</b>	<b>6,74</b>	<b>6</b>	<b>22,56</b>	<b>177,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>33,7</b>	<b>35</b>	<b>157,96</b>	<b>1 119,2</b>

*[Signature]*



Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
г. Ю. Козырева



11.01.2023 (средн)

Утверждено Директор

### Красноуфимск ДС-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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	25	4,17	3	13,67	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>13,49</b>	<b>11</b>	<b>76,22</b>	<b>487,6</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>670</b>	<b>20,95</b>	<b>19</b>	<b>104,17</b>	<b>690,5</b>
<b>Обед</b>						

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
1 073	Пудинг творожно-манный	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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>285</b>	<b>15,43</b>	<b>12</b>	<b>31,98</b>	<b>300,7</b>
<b>Итого за обед</b>		<b>1 445</b>	<b>49,87</b>	<b>42</b>	<b>220,77</b>	<b>1 512,6</b>

*(Signature)*

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
г. Ю. Козырева



11.01.2023 (средн)

Утверждено Директор

### Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>11,8</b>	<b>9</b>	<b>65,05</b>	<b>416,8</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
520	Икра овощная свекольная	20	0,27	2	1,85	22,2
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>17,23</b>	<b>17</b>	<b>84,6</b>	<b>562,5</b>
<b>Обед</b>						

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
1 073	Пудинг творожно-манный	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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>12,72</b>	<b>9</b>	<b>26,94</b>	<b>250,1</b>
<b>Итого за обед</b>		<b>1 200</b>	<b>41,75</b>	<b>35</b>	<b>184,99</b>	<b>1 263,2</b>

*(Signature)*

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю. Козырева



12.01.2023 (четверг)

Утверждаю Директор

### Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭП ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		425	12,91	18	58,49	457,6

#### Завтрак 2

707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		75			8,4	33,8

#### Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,57	3	2,31	35,7
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Ренки 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
<b>Итого за Обед</b>		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
<b>Итого за Полдник</b>		280	7,78	11	41,18	298,2
<b>Итого за день</b>		1 480	50,75	48	198,03	1 464,7

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю. Козырева



12.01.2023 (четверг)

Утверждаю Директор

### Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭП ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		355	10,74	14	48,16	373,2

#### Завтрак 2

707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		75			8,4	33,8

#### 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	Ренки 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
<b>Итого за Обед</b>		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
<b>Итого за Полдник</b>		230	6,02	8	33,37	237,4
<b>Итого за день</b>		1 215	40,66	38	157,79	1 171,4



Согласовано:

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



13.01.2023 (пятница)

### Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды 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	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8

#### 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		1 405	48,02	45	199,68	1 420,7

Согласовано:

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



13.01.2023 (пятница)

### Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды 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	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8

#### 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		1 185	40,7	36	168,53	1 193,5