

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



Утверждаю Директор

Краснофимск ДОУ 3-7 л 184 руб

13.02.2023 (понедельник)

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г		
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	
Итого за Завтрак		425	8,73	8	50,72	361,4	

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

Обед						
1 016	Суп-поре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,26		7,73	37,6
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	0,32		18,45	77,7
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	28,32	20	103,24	719,4

Полдник						
1 073	Пудинг творожный	70	9,13	6	10,17	132,5
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	2,13	1	8,71	54,8
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		310	17,83	15	36,36	352,5
Итого за день		1525	54,88	43	201,52	1478,3

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



Утверждаю Директор

Краснофимск Яс 1-3 2 163 руб

13.02.2023 (понедельник)

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г		
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	
Итого за Завтрак		345	7,23	7	43,42	306,7	

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

Обед						
1 016	Суп-поре овощной	150	1,52	3	9,47	72,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,63		3,86	18,8
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	0,24		13,84	58,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		535	22,83	17	78,84	563,6

Полдник						
1 073	Пудинг творожный	70	9,13	6	10,17	132,5
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	1,07		4,35	27,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		270	15,9	13	30,59	307,1
Итого за день		1250	45,96	37	164,05	1222,4

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



14.02.2023 (сторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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
Итого за Завтрак		415	10,2	12	84,91	432,1
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
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	Выпечек мясной рубленый	70	10,89	9	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
1 000	Каша перловая рассыпчатая	130	4,06	5	29,01	173,2
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.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		725	23,3	21	91,06	719
Полдник						
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	2,13	1	8,71	54,8
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		280	13,68	8	35,62	271,8
Итого за день		1 520	47,18	41	222,79	1 467,9

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



14.02.2023 (сторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ЯС 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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
Итого за Завтрак		345	8,64	11	71,33	371,6
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
814	Икра овощная морковная	20	0,19	1	1,22	15,9
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	Выпечек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
1 000	Каша перловая рассыпчатая	110	3,44	4	24,55	146,6
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		575	19,55	18	99,85	647
Полдник						
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	1,6	1	6,53	41,1
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		225	10,07	6	28,79	209,5
Итого за день		1 245	38,26	35	211,17	1 273,1

Согласовано:

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



15.02.2023 (средн)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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
Итого за Завтрак		415	12,53	10	73,39	444,9
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	56,4
Обед						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,94	2	13,74	80,9
901	Соус красный основной	30	0,3	1	2,25	15,5
444,01	Плов со свиной.	150	17,32	25	36,01	442,4
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.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		605	24,17	29	93,43	751
Полдник						
1 297	Запеканка из творога с рисом	70	7,68	6	10,68	125,3
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	1,6	1	6,53	41,1
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		265	14,79	13	31,94	302,7
Итого за день		1 405	51,97	52	210,52	1 555

Согласовано:

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



15.02.2023 (средн)

Красноуфимск Яс I-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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
Итого за Завтрак		345	11,03	9	62,78	382,6
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	56,4
Обед						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	60,7
901	Соус красный основной	30	0,3	1	2,25	15,5
444,01	Плов со свиной.	130	15,01	22	31,21	383,4
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.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		485	19,32	26	72,87	602,5
Полдник						
1 297	Запеканка из творога с рисом	60	6,59	5	9,16	107,4
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	1,07		4,35	27,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		250	13,17	11	28,24	271,1
Итого за день		1 200	44	46	175,65	1 312,6

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



16.02.2023 (четверг)

Краснофимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ 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
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
919	Какао с молоком	180	3,39	4	14,16	103
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	10,28	13	63,83	421,7
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
Итого за Завтрак 2		100			11,2	45

№ 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
1 018	Суп с крутой пшенной "Волна" со сметаной*	200	2,7	5	16,38	118,6
437,01	Гуляш из мяса свинины	70	11,5	7	2,71	116,5
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	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		660	23,15	20	82,94	615,4

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
892	Омлет с картофелем	70	4,76	10	5,49	127,7
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
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		275	7,12	11	30,48	247,3
Итого за день		1 450	40,55	44	188,45	1 329,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



16.02.2023 (четверг)

Краснофимск Яс 1-3 г 163 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
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
919	Какао с молоком	150	2,83	3	11,8	85,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	8,82	12	54,45	364,9

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
520	Икра овощная свекольная	20	0,27	2	1,85	22,2
1 018	Суп с крутой пшенной "Волна" со сметаной*	150	2,03	3	12,28	88,9
437,01	Гуляш из мяса свинины	60	9,86	6	2,33	99,9
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	2,13	1	8,71	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		525	18,65	15	64,71	483,7

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
892	Омлет с картофелем	60	4,08	8	4,71	109,5
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	5,91	8	25,28	206,4
Итого за день		1 200	33,38	35	155,64	1 100

Согласовано:

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



17.02.2023 (подпись)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал	
Завтрак 1							
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	
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	
		Итого за Завтрак	415	10,44	9	65,22	336,5
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2	45	
		Итого за Завтрак 2	100			11,2	45
Обед							
139	Суп картофельный с бобовыми	200	3,86	4	15,35	112,4	
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,26		7,73	37,6	
1063	Тфтели рыбные*	70	8,86	4	9,2	109,5	
1126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3	
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4	
654	Кисель из плодов шиповника	180	0,18		33,66	134,8	
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	10,89	68,5	
1147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8	
		Итого за Обед	675	22,71	17	111,08	713,3
Ланч							
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108	
941	Сдоба обыкновенная	70	6,62	3	41,41	207,4	
		Итого за Ланч	250	11,84	9	49,87	315,4
		Итого за день	1440	44,99	35	237,37	1410,2

[Handwritten signature]

Согласовано:

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



17.02.2023 (подпись)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал	
Завтрак 1							
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	
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	
		Итого за Завтрак	345	9,36	8	56,22	295,8
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2	45	
		Итого за Завтрак 2	100			11,2	45
Обед							
139	Суп картофельный с бобовыми	150	2,89	3	11,51	84,3	
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,63		3,86	18,8	
1063	Тфтели рыбные*	60	7,59	4	7,89	93,9	
1126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3	
995	Пюре картофельное	130	3,53	5	21,63	162,5	
654	Кисель из плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3	
897	Хлеб пшеничный	15	1,6	1	6,53	41,1	
1147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
		Итого за Обед	540	17,34	14	84,51	550,1
Ланч							
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90	
941	Сдоба обыкновенная	60	5,68	3	35,49	177,7	
		Итого за Ланч	210	10,03	8	42,54	267,7
		Итого за день	1195	36,73	30	194,47	1158,6

[Handwritten signature]