

Согласовано:

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



15.01.2024 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-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	
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	
		Итого за Завтрак					339,1
		Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5	
		Итого за Завтрак 2					47,5
		Обед					
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118	
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	70	15,52	3	7,58	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	205,7	
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
		Итого за Обед					685,6
		Лопщик					
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9	
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	10	0,81		4,88	24,2	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
		Итого за Подник					356,6
		Итого за день					1 428,8

Согласовано:

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



15.01.2024 (понедельник)

Красноуфимск ЯС 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-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	
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9	
		Итого за Завтрак					283,8
		Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5	
		Итого за Завтрак 2					47,5
		Обед					
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5	
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20	
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	60	13,3	3	6,5	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	161,6	
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
		Итого за Обед					538,4
		Лопщик					
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9	
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	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
		Итого за Подник					338,6
		Итого за день					1 208,3

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



16.01.2024 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3	
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3	
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	
Итого за Завтрак		410	9,67	13	82,73	425,1	
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5	
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5	

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
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	
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8	
827	Биточек мясной рубленый	70	10,89	9	11,19	170,4	
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	
1 032	Каша гречневая вязкая*	120	3,23	3	16,64	136,8	
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5	
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Обед		710	22,11	19	96	685,2	

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
1 182	Манник	60	4,01	5	37	207,1	
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8	
Итого за Полдник		240	4,09	5	55,23	278,9	
Итого за день		1 460	35,87	37	245,16	1 436,7	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



16.01.2024 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Яс 1-3 з 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
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	
Итого за Завтрак		335	7,79	11	67,08	345,7	
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5	
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5	

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
813	Икра кабачковая пром. производства	30	0,36	2	2,22	29,1	
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,51	2	14,22	78,1	
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43	
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8	
827	Биточек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1	
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	
1 032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	125,4	
397	Кисель из сухофруктов	150	0,21		27,96	113,7	
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Обед		585	19,52	18	90,79	632,6	

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6	
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9	
Итого за Полдник		200	3,42	4	46,03	232,5	
Итого за день		1 220	30,73	33	215,1	1 258,3	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



17.01.2024 (сред)

Утверждаю директор

Краснофимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	200	7,48	5	27,11	187,9
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
Итого за Завтрак		410	12,48	8	57,89	363,2
Завтрак 2						
976	Блоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 018	**Плов со свиной	150	9,57	18	35,19	352,3
925	Напиток апельсиновый или	180	0,18		23,16	94,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		570	15,7	21	88,58	652,7
Полдник						
1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7
902	Молоко стуженое	20	1,58	2	10,88	64,2
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		230	18,38	16	34,18	346,9
Итого/за день.		1 310	46,96	45	190,45	1 409,8

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



17.01.2024 (сред)

Утверждаю директор

Краснофимск Яс 1-3 з 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,98	4	21,69	150,3
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
Итого за Завтрак		335	10,15	7	47,35	296,4
Завтрак 2						
976	Блоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 018	**Плов со свиной	130	8,29	15	30,5	305,3
925	Напиток апельсиновый или	150	0,15		19,3	78,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		465	13,5	18	74,16	551
Полдник						
1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7
902	Молоко стуженое	20	1,58	2	10,88	64,2
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		230	18,38	16	34,18	346,9
Итого/за день.		1 130	42,43	41	165,49	1 241,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



18.01.2024 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
Итого за Завтрак		415	11,78	16	54,87	512,6
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	200	3,28	6	14,74	123
437,06	**Гуляш из мяса свинный	70	7,99	20	2,85	217,2
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		645	18,2	32	76,33	697,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
972	Омлет натуральный*	70	7,04	9	1,29	112,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		270	8,7	9	24,79	219,7
Итого за день		1 430	38,68	57	167,19	1 477,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



18.01.2024 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 з 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96	192
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06	142,5
Итого за Завтрак		345	10,36	15	46,62	436,1
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,2
437,06	**Гуляш из мяса свинный	60	6,85	17	2,44	186,2
1 032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	125,4
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.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		530	15,27	26	63,44	585,7

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
972	Омлет натуральный*	60	6,03	7	1,11	96,1
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		230	7,69	7	22,22	194,1
Итого за день		1 205	33,32	48	143,48	1 263,4

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



19.01.2024 (подпись)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ-3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-мк, г	ЭЦ ккал
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	176
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
Итого за Завтрак		410	10,5	9	68,47	365,6

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
943	Ренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 063	Тфтели 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
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		675	18,55	16	79,32	546,4

Полдник

920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
948	Шангя со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		230	9,59	9	30,69	212,3
Итого за день		1 415	38,64	34	189,68	1 171,8

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



19.01.2024 (подпись)

Утверждаю директор

Красноуфимск ЯС 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-мк, г	ЭЦ ккал
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	160	4,34	5	27,07	140,8
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
Итого за Завтрак		335	8,58	8	55,95	298,9

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,24	4	6,06	63,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
943	Ренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 063	Тфтели 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
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		560	15,72	14	65,01	452,6

Полдник

920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
948	Шангя со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		200	8,72	8	29,28	194,3
Итого за день		1 195	33,02	30	161,44	993,3