

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат
кашевого питания"
Ю.Козырева



07.08.2023 (понедельник)
Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	13,68	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	10,73	8	68,47	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	1,91	5	10,79	92,4
827	Биточек мясной рубленый	70	10,89	9	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		690	23,02	21	105,24	711,2

Полдник						
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
828	Чай с сахаром *	180			13,47	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
Итого за Полдник		300	10,6	7	40,87	277,6
Итого за день		1 505	44,75	36	224,38	1 437,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат
кашевого питания"
Ю.Козырева



07.08.2023 (понедельник)
Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	13,68	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	9,62	8	58,88	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	1,43	4	8,09	69,3
827	Биточек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	161,6
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
Итого за Обед		525	18,27	17	89,4	587,7

Полдник						
1 297	Запеканка из творога с рисом	50	5,52	4	7,64	91,2
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	1,22		7,32	36,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		245	7,99	5	33,13	220
Итого за день		1 215	36,28	30	191,21	1 203,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева



08.08.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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	136,8
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	477,4

Завтрак 2

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

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	Тефтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		705	20	15	101,82	636,3

Полдник

972	Омлет натуральный*	70	7,04	9	1,29	112,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		300	9,51	9	30,27	246,3
Итого за день		1 520	41,42	42	199,34	1 407,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева



08.08.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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	114
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	432,6

Завтрак 2

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

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	Тефтели рыбные.	60	7,59	4	7,89	93,9
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
995	Пюре картофельное	110	2,42	4	16,2	108,3
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		550	15,21	12	74,65	476,6

Полдник

972	Омлет натуральный*	60	6,03	7	1,11	96,1
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
Итого за Полдник		230	7,69	7	21,47	191,1
Итого за день		1 245	33,64	35	158,36	1 147,8

Согласовано: ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

Утверждаю директор

09.08.2023 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

Согласовано: ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

Утверждаю директор

09.08.2023 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
302	Каша пшеничная молочная вязкая 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	13,68	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	13,49	11	76,23	487,6

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

Обед						
835	Помидоры порционно	20	0,22		2,75	24,8
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5
1 054	Котлета Детская мясная	70	10,89	9	11,19	175,9
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	130	2,9	4	30,34	191,1
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		660	19,79	16	102,08	713,4

Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	60	8,99	6	9,58	142,2
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		285	16,3	12	32,89	325,9
Итого за день		1 460	49,58	39	222,4	1 574,4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
302	Каша пшеничная молочная вязкая 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	13,68	98,2
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	11,8	9	65,06	416,8

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

Обед						
835	Помидоры порционно	20	0,22		2,75	24,8
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7
1 054	Котлета Детская мясная	60	9,33	8	9,59	150,8
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	110	2,45	3	25,67	161,7
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		540	16,4	14	83,69	589,6

Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	7,98	118,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
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
Итого за Полдник		240	13,52	10	27,44	272,1
Итого за день		1 225	41,72	33	187,39	1 326

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

10.08.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева

10.08.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
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	136,8
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						493,1

Завтрак 2

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

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1 049	Суп-поре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
1 032	Каша гречневая вязкая*	150	4,03	4	20,8	171
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед						745

Полдник

892	Омлет с картофелем	70	4,78	6	6,75	99,3
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник						264,7
Итого за день						1 550,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
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	114
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						402,8

Завтрак 2

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

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	20	0,24	1	1,48	19,4
1 049	Суп-поре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	60	10,18	9	8,23	152,9
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
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.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед						586,2

Полдник

892	Омлет с картофелем	60	4,1	5	5,78	85,1
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник						211,1
Итого за день						1 247,6

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

11.08.2023 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

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

Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным				200	7,51	7	41,1	263,3
919	Какао с молоком				180	3,48	3	18,07	171
810	Бутерброд с сыром				25	4,17	3	13,68	98,2
1148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак					415	16,01	13	77,1	558,4

Завтрак 2

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

Обед

836	Огурцы свежие порционно				30	0,24		3,78	16,5
1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной				200	2,38	5	13,14	109,6
1069	Суфле из рыбы*				70	12,93	3	5,42	103,3
901	Соус красный основной				20	0,14	1	1,5	15,7
990	Рис припущенный с овощами				130	3,07	7	29,51	197
928	Компот из смеси сухофруктов				180	0,41		24,74	104,1
897	Хлеб пшеничный				25	2,03		12,2	60,5
1147	Хлеб ржаной.				20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед					675	22,9	17	98,79	658,5

Поддник

920	Молоко кипяченое*				180	5,22	6	8,46	108
1190	Ватрушка с творогом				60	5,7	6	18,49	149,7
Итого за Поддник					240	10,92	12	26,95	257,7
Итого за день					1430	49,83	42	214,04	1522,1

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

11.08.2023 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

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

Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным				150	5,64	5	30,83	197,4
919	Какао с молоком				180	3,48	3	18,07	171
810	Бутерброд с сыром				25	4,17	3	13,68	98,2
1148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак					365	14,14	11	66,83	492,5

Завтрак 2

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

Обед

836	Огурцы свежие порционно				20	0,16		2,52	11
1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной				150	1,78	4	9,86	82,2
1069	Суфле из рыбы*				60	11,08	3	4,64	88,6
901	Соус красный основной				20	0,14	1	1,5	15,7
990	Рис припущенный с овощами				110	2,6	6	24,97	166,7
928	Компот из смеси сухофруктов				150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный				20	1,62		9,76	48,4
1147	Хлеб ржаной.				15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед					545	19,01	14	80,25	538,2

Поддник

920	Молоко кипяченое*				150	4,35	5	7,05	90
1190	Ватрушка с творогом				50	4,75	5	15,41	124,7
Итого за Поддник					200	9,1	10	22,46	214,7
Итого за день					1210	42,25	35	180,74	1292,9