



Согласовано: *Мерещ*  
 ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

19.12.2022 (понедельник)

**Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
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	8	4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>425</b>	<b>8,73</b>	<b>8</b>	<b>50,72</b>	<b>361,4</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>

<b>Обед</b>									
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
<b>Итого за Обед</b>					<b>690</b>	<b>28,32</b>	<b>20</b>	<b>103,24</b>	<b>719,4</b>

<b>Полдник</b>									
1 073	Пудинг творожно-манный				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
<b>Итого за Полдник</b>					<b>310</b>	<b>17,83</b>	<b>15</b>	<b>36,36</b>	<b>332,5</b>
<b>Итого за день</b>					<b>1 500</b>	<b>54,88</b>	<b>43</b>	<b>198,72</b>	<b>1 467,1</b>

*Handwritten signature*



Согласовано: *Мерещ*  
 ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

19.12.2022 (понедельник)

**Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
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
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>345</b>	<b>7,23</b>	<b>7</b>	<b>43,42</b>	<b>306,7</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>

<b>Обед</b>									
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
<b>Итого за Обед</b>					<b>535</b>	<b>22,83</b>	<b>17</b>	<b>78,84</b>	<b>563,6</b>

<b>Полдник</b>									
1 073	Пудинг творожно-манный				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
<b>Итого за Полдник</b>					<b>270</b>	<b>15,9</b>	<b>13</b>	<b>30,59</b>	<b>307,1</b>
<b>Итого за день</b>					<b>1 225</b>	<b>45,96</b>	<b>37</b>	<b>161,25</b>	<b>1 211,2</b>

*Handwritten signature*

Согласовано: *Мерещ*  
 ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева  
 20.12.2022 (вторник)  
**Красноуфимск ДС 3-7 л 177 Р**

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева  
 20.12.2022 (вторник)  
**Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным				200	7,79	7	55,95	254,3
808	Бутерброд с маслом сливочным				2,5	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

707		Сок натуральный		75	8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75		8,4		33,8

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

1 028,04		Котлета рыбная Солнышко		70	10,74	7	8,27	138,5
Итого за Обед		70		10,74		7	8,27	138,5
Итого за День		1 495		47,18		41	219,99	1 456,7

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным				160	6,23	6	44,76	203,4
808	Бутерброд с маслом сливочным				2,5	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

707		Сок натуральный		75	8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75		8,4		33,8

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

1 028,04		Котлета рыбная Солнышко		50 <th>7,67</th> <th>5 <th>5,9 <th>98,9</th> </th></th>	7,67	5 <th>5,9 <th>98,9</th> </th>	5,9 <th>98,9</th>	98,9
Итого за Обед		50		7,67		5	5,9	98,9
Итого за День		1 220		38,26		35	208,37	1 261,1

*Мерещ*

*Мерещ*



Согласовано: *Мерещ*

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат  
общественного питания"  
Ю. Козырева



21.12.2022 (среда)

**Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
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
1188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>12,53</b>	<b>10</b>	<b>73,39</b>	<b>444,9</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				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
1050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	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
1147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>605</b>	<b>24,17</b>	<b>29</b>	<b>93,43</b>	<b>751</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
1297	Запеканка рисовая с творогом	70	7,68	6	10,68	125,3
626	Соус из кураги	20	0,11		3,72	15,5
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	15	1,6	1	6,53	41,1
1186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
<b>Итого за Полдник</b>		<b>265</b>	<b>14,5</b>	<b>12</b>	<b>32,97</b>	<b>296,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1385</b>	<b>51,6</b>	<b>51</b>	<b>209,59</b>	<b>1539,4</b>

*Мерещ*



Согласовано: *Мерещ*

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат  
общественного питания"  
Ю. Козырева

21.12.2022 (среда)

**Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
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
1188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>11,03</b>	<b>9</b>	<b>62,78</b>	<b>382,6</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				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
1050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	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
1147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>485</b>	<b>19,32</b>	<b>26</b>	<b>72,87</b>	<b>602,5</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
1297	Запеканка рисовая с творогом	60	6,59	5	9,16	107,4
626	Соус из кураги	20	0,11		3,72	15,5
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		4,35	27,4
1186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>12,88</b>	<b>10</b>	<b>29,27</b>	<b>264,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1180</b>	<b>43,63</b>	<b>45</b>	<b>174,72</b>	<b>1297</b>

*Мерещ*



Согласовано: *Мурзаев*  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева

22.12.2022 (четверг)

**Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак							
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным				200	4,48	35,08	198,4
808	Бутерброд с маслом сливочным				25	1,56	10,34	94,4
919	Какао с молоком				180	3,39	14,16	103
1 148	Хлеб ржаной				10	0,85	4,25	25,9
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>415</b>	<b>10,28</b>	<b>63,83</b>	<b>421,7</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				Выход г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Обед							
520	Икра овощная свекольная				30	0,41	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*				200	2,7	16,38	118,6
1 106	Гуляш из индейки				70	12,73	5	2,46
1 032	Каша гречневая вязкая*				130	3,5	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
1 147	Хлеб ржаной.				20	1,7	1	8,5
<b>Итого за Обед</b>					<b>660</b>	<b>24,38</b>	<b>18</b>	<b>602,9</b>

Полдник									
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
<b>Итого за Полдник</b>					<b>275</b>	<b>7,12</b>	<b>11</b>	<b>30,48</b>	<b>247,3</b>
<b>Итого за день</b>					<b>1 425</b>	<b>41,78</b>	<b>42</b>	<b>185,4</b>	<b>1 305,7</b>

*Мурзаев*

Согласовано: *Мурзаев*  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева

22.12.2022 (четверг)

**Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак							
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным				160	3,58	4	28,06
808	Бутерброд с маслом сливочным				25	1,56	5	10,34
919	Какао с молоком				150	2,83	3	11,8
1 148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,25
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>345</b>	<b>8,82</b>	<b>12</b>	<b>54,45</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				Выход г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Обед							
520	Икра овощная свекольная				20	0,27	2	1,85
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*				150	2,03	3	12,28
1 106	Гуляш из индейки				60	10,91	4	2,1
1 032	Каша гречневая вязкая*				110	2,96	3	15,25
912	Компот из свежих яблок.				150	0,12		17,91
897	Хлеб пшеничный				20	2,13	1	8,71
1 147	Хлеб ржаной.				15	1,28		6,38
<b>Итого за Обед</b>					<b>525</b>	<b>19,7</b>	<b>13</b>	<b>64,48</b>

Полдник									
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
<b>Итого за Полдник</b>					<b>230</b>	<b>5,91</b>	<b>8</b>	<b>25,28</b>	<b>206,4</b>
<b>Итого за день</b>					<b>1 175</b>	<b>34,43</b>	<b>33</b>	<b>152,61</b>	<b>1 078</b>

*Мурзаев*



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева

23.12.2022 (пятница)

### Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда				ЭЦ ккал
	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным				158,5
810	Бутерброд с сыром				98,2
828	Чай с сахаром*				53,9
1 148	Хлеб ржаной				25,9
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>336,5</b>
<i>Завтрак 2</i>					
707	Сок натуральный				33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>					<b>33,8</b>

<b>Обед</b>					
139	Суп картофельный с бобовыми				112,4
943	Гренки из пшеничного хлеба				37,6
1 063	Тефтели рыбные*				109,5
1 126	Соус томатный				11,3
995	Пюре картофельное				187,4
654	Кисель из плодов шиповника				134,8
897	Хлеб пшеничный				68,5
1 147	Хлеб ржаной.				51,8
<b>Итого за Обед</b>					<b>713,3</b>

<b>Полдник</b>					
920	Молоко кипяченое*				108
941	Сдоба обыкновенная				207,4
<b>Итого за Полдник</b>					<b>315,4</b>
<b>Итого за день</b>					<b>1 399</b>



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания" Ю.Козырева

23.12.2022 (пятница)

### Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				ЭЦ ккал
	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным				126,8
810	Бутерброд с сыром				98,2
828	Чай с сахаром*				44,9
1 148	Хлеб ржаной				25,9
<b>Итого за Завтрак</b>					<b>295,8</b>
<i>Завтрак 2</i>					
707	Сок натуральный				33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>					<b>33,8</b>

<b>Обед</b>					
139	Суп картофельный с бобовыми				84,3
943	Гренки из пшеничного хлеба				18,8
1 063	Тефтели рыбные*				93,9
1 126	Соус томатный				11,3
995	Пюре картофельное				162,5
654	Кисель из плодов шиповника				112,3
897	Хлеб пшеничный				41,1
1 147	Хлеб ржаной.				25,9
<b>Итого за Обед</b>					<b>550,1</b>

<b>Полдник</b>					
920	Молоко кипяченое*				90
941	Сдоба обыкновенная				177,7
<b>Итого за Полдник</b>					<b>267,7</b>
<b>Итого за день</b>					<b>1 147,4</b>