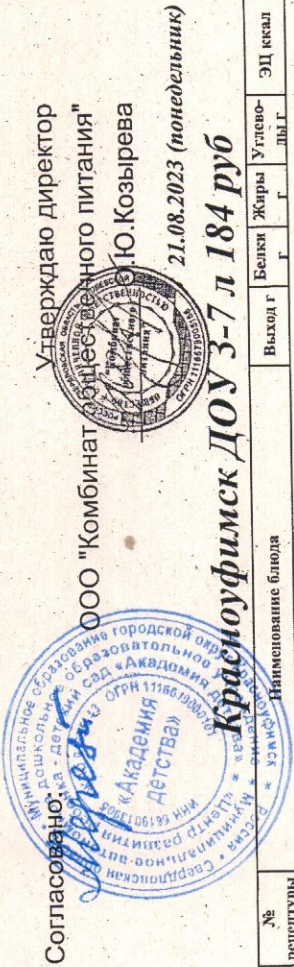


Согласовано: Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева



21.08.2023 (понедельник)
 Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

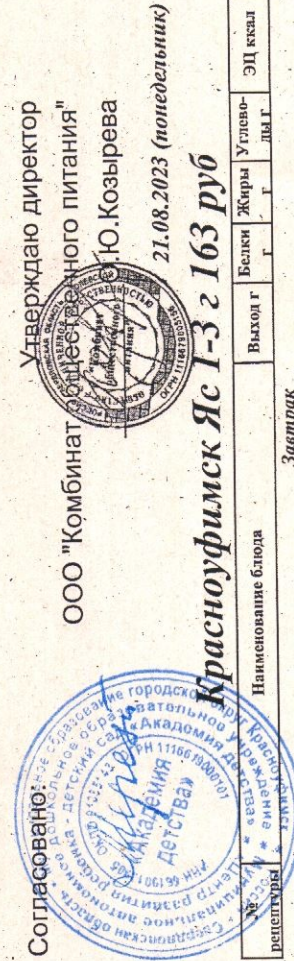
№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным				200	4,48	4	35,08	198,4
854	Чай с молоком				180	1,23	1	15,46	79,2
810	Бутерброд с сыром				25	4,17	3	13,68	98,2
1 148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак					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 общественного питания"
 Ю. Козырева



21.08.2023 (понедельник)
 Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы 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	13,68	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 липовника				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

22.08.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				ЭЦ ккал
	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным				220,3
1 110	Кофейный напиток с молоком				136,8
808	Бутерброд с маслом сливочным				94,4
1 148	Хлеб ржаной				25,9
Итого за Завтрак					477,4

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

Обед					
999	Капуста тушеная				25,6
1 033	Свекольник со сметаной				109,3
1 063	Тефтели рыбные				109,5
901	Соус красный основной				15,7
995	Пюре картофельное				147,7
699	Напиток лимонный				91,1
897	Хлеб пшеничный				72,6
1 147	Хлеб ржаной				64,8
Итого за Обед					636,3

Полдник					
972	Омлет натуральный*				112,1
828	Чай с сахаром*				59,9
897	Хлеб пшеничный				48,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный				25,9
Итого за Полдник					246,3
Итого за день					1 407,5

(Handwritten signature)



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

22.08.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				ЭЦ ккал
	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным				198,3
1 110	Кофейный напиток с молоком				114
808	Бутерброд с маслом сливочным				94,4
1 148	Хлеб ржаной				25,9
Итого за Завтрак					432,6

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

Обед					
999	Капуста тушеная				25,6
1 033	Свекольник со сметаной				82
1 063	Тефтели рыбные				93,9
901	Соус красный основной				15,7
995	Пюре картофельное				108,3
699	Напиток лимонный				75,9
897	Хлеб пшеничный				36,3
1 147	Хлеб ржаной				38,9
Итого за Обед					476,6

Полдник					
972	Омлет натуральный*				96,1
828	Чай с сахаром*				44,9
897	Хлеб пшеничный				24,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный				25,9
Итого за Полдник					191,1
Итого за день					1 147,8

(Handwritten signature)

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

23.08.2023 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 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	2,5	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

Завтрак 2						
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	2,5	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	1,5	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

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

23.08.2023 (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	160	6,78	6	35,15	244,8
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
810	Бутерброд с сыром	2,5	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

Завтрак 2						
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: **М.А. Зайкина**
 Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева
 24.08.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 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		425	12,91	18	58,49	493,1

Завтрак 2

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

Обед

813	Икра кабачковая пром. производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1 049	Суп-пюре 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		700	27,74	19	101,66	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		280	7,38	6	42,75	264,7
Итого за день		1 505	48,03	43	214,1	1 550,3



Согласовано: **М.А. Зайкина**
 Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева
 24.08.2023 (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	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		355	10,74	14	48,16	402,8

Завтрак 2

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

Обед

813	Икра кабачковая пром. производства	20	0,24	1	1,48	19,4
1 049	Суп-пюре 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		555	22,03	15	78,22	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		230	5,87	5	33,23	211,1
Итого за день		1 240	38,64	34	170,81	1 247,6

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



25.08.2023 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
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
1 148	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
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 069	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
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		675	22,9	17	98,79	658,5

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		1 430	49,83	42	214,04	1 522,1



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

25.08.2023 (пятница)

Красноуфимск Яс Г-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
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
1 148	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
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	1,78	4	9,86	82,2
1 069	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
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		545	19,01	14	80,25	538,2

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		1 210	42,25	35	180,74	1 292,9