

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

21.11.2022 (понедельник)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                                       | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 435     | 9,58    | 9      | 54,97       | 387,3   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |   |         |         |        |             |         |
| 707                       | Сок натуральный                                   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |   |         |         |        |             |         |
| 1 016                     | Суп-пюре 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    |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                         | 30      | 1,58    |        | 9,66        | 47      |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                      | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | 690     | 26,7    | 19     | 99,84       | 684,2   |
| <b><u>Полдник</u></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                  | 15      | 1,14    |        | 7,48        | 36,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 315     | 18,21   | 15     | 38,85       | 364,8   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 515   | 54,49   | 43     | 202,06      | 1 470,1 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

21.11.2022 (понедельник)

## Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды 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                                       | 15         | 1,28        |          | 6,38         | 38,9         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>350</b> | <b>7,66</b> | <b>7</b> | <b>45,55</b> | <b>319,7</b> |

### Завтрак 2

|                           |                 |           |  |  |            |             |
|---------------------------|-----------------|-----------|--|--|------------|-------------|
| 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> |

### Обед

|                      |                                      |            |              |           |              |              |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 016                | Суп-пюре 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         |
| 894                  | Хлеб пшеничный из муки 1с            | 20         | 1,05         |           | 6,44         | 31,3         |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                         | 20         | 1,7          | 1         | 8,5          | 51,8         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>535</b> | <b>21,75</b> | <b>16</b> | <b>76,57</b> | <b>540,1</b> |

### Полдник

|                         |                                  |              |              |           |               |                |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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>1 230</b> | <b>45,31</b> | <b>36</b> | <b>161,11</b> | <b>1 200,7</b> |

Согласовано:

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



22.11.2022 (вторник)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                                     | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 425     | 11,05   | 13     | 89,16       | 458     |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |   |         |         |        |             |         |
| 707                       | Сок натуральный                                 | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |   |         |         |        |             |         |
| 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      |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                       | 30      | 1,58    |        | 9,66        | 47      |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                    | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | 725     | 21,68   | 20     | 87,66       | 683,8   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                | 15      | 1,14    |        | 7,48        | 36,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 285     | 14,06   | 8      | 38,11       | 284,1   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 510   | 46,79   | 41     | 223,33      | 1 459,7 |

Согласовано:

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



22.11.2022 (вторник)

## Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                                     | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 355     | 9,49    | 12     | 75,58       | 397,5   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |   |         |         |        |             |         |
| 707                       | Сок натуральный                                 | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |   |         |         |        |             |         |
| 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   |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                       | 20      | 1,05    |        | 6,44        | 31,3    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                    | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | 575     | 18,47   | 17     | 97,58       | 623,5   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                | 15      | 1,14    |        | 7,48        | 36,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 230     | 10,45   | 6      | 31,28       | 221,8   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 235   | 38,41   | 35     | 212,84      | 1 276,6 |

Согласовано:

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



23.11.2022 (среда)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

| № рецептуры               | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |  |         |         |        |             |         |
| 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  | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | 420     | 12,96   | 10     | 75,52       | 457,9   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |  |         |         |        |             |         |
| 976                       | Яблоки свежие  | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 47      |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 47      |
| <b><u>Обед</u></b>        |  |         |         |        |             |         |
| 1 050                     | 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 свининой.  | 150     | 17,32   | 25     | 36,01       | 442,4   |
| 699                       | Напиток лимонный   | 180     | 0,13    |        | 21,99       | 91,1    |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                                | 30      | 1,58    |        | 9,66        | 47      |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.   | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |  | 605     | 22,55   | 28     | 90,03       | 715,8   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |  |         |         |        |             |         |
| 1 297                     | 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    |
| 1 186                     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                         | 10      | 0,76    |        | 4,99        | 24,6    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | 265     | 14,5    | 12     | 32,97       | 296,5   |
| <b>Итого за день</b>      |  | 1 390   | 50,41   | 50     | 208,32      | 1 517,2 |

Согласовано:

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



23.11.2022 (среда)

## Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |  |         |         |        |             |         |
| 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  | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | 350     | 11,46   | 9      | 64,91       | 395,6   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |  |         |         |        |             |         |
| 976                       | Яблоки свежие  | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 47      |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 47      |
| <b><u>Обед</u></b>        |  |         |         |        |             |         |
| 1 050                     | 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    |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                                | 15      | 0,79    |        | 4,83        | 23,5    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.   | 10      | 0,85    |        | 4,25        | 25,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |  | 485     | 18,51   | 25     | 71,17       | 584,9   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |  |         |         |        |             |         |
| 1 297                     | 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    |
| 1 186                     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                         | 10      | 0,76    |        | 4,99        | 24,6    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | 250     | 12,88   | 10     | 29,27       | 264,9   |
| <b>Итого за день</b>      |  | 1 185   | 43,25   | 44     | 175,15      | 1 292,4 |

Согласовано:

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



24.11.2022 (четверг)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                                     | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 425     | 11,13   | 14     | 68,08       | 447,6   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |   |         |         |        |             |         |
| 707                       | Сок натуральный                                 | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |   |         |         |        |             |         |
| 520                       | Икра овощная свекольная                         | 30      | 0,41    | 2      | 2,77        | 33,3    |
| 1 018                     | Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*       | 200     | 2,7     | 5      | 16,38       | 118,6   |
| 1 106                     | Гуляш из индейки                                | 70      | 12,73   | 5      | 2,46        | 104     |
| 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    |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                       | 30      | 1,58    |        | 9,66        | 47      |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                    | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | 660     | 22,76   | 17     | 79,29       | 567,7   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                | 15      | 1,14    |        | 7,48        | 36,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 280     | 7,5     | 11     | 32,97       | 259,6   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 440   | 41,39   | 42     | 188,74      | 1 308,7 |

Согласовано:

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



24.11.2022 (четверг)

## Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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                                     | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 350     | 9,25    | 12     | 56,58       | 377,9   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |   |         |         |        |             |         |
| 707                       | Сок натуральный                                 | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |   |         |         |        |             |         |
| 520                       | Икра овощная свекольная                         | 20      | 0,27    | 2      | 1,85        | 22,2    |
| 1 018                     | Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*       | 150     | 2,03    | 3      | 12,28       | 88,9    |
| 1 106                     | Гуляш из индейки                                | 60      | 10,91   | 4      | 2,1         | 89,1    |
| 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    |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                       | 20      | 1,05    |        | 6,44        | 31,3    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                    | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | 525     | 18,62   | 12     | 62,21       | 449,4   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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>   |   | 230     | 5,91    | 8      | 25,28       | 206,4   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 180   | 33,78   | 32     | 152,47      | 1 067,5 |



Согласовано:

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



25.11.2022 (пятница)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

| № рецептуры               | Наименование блюда                          | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                 | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 425     | 11,29   | 10     | 69,47       | 362,4   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |   |         |         |        |             |         |
| 707                       | Сок натуральный                             | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |   |         |         |        |             |         |
| 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    |
| 1 063                     | Тефтели рыбные*                             | 70      | 8,86    | 4      | 9,2         | 109,5   |
| 1 126                     | 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   |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                   | 25      | 1,32    |        | 8,05        | 39,2    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                | 20      | 1,7     | 1      | 8,5         | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | 675     | 21,36   | 16     | 108,24      | 684     |
| <b><u>Полдник</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 920                       | Молоко кипяченое*                           | 180     | 5,22    | 6      | 8,46        | 108     |
| 941                       | Сдоба обыкновенная                          | 70      | 6,62    | 3      | 41,41       | 207,4   |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 250     | 11,84   | 9      | 49,87       | 315,4   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 425   | 44,49   | 35     | 235,98      | 1 395,6 |

Согласовано:

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



25.11.2022 (пятница)

## Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                          | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 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    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                 | 15      | 1,28    |        | 6,38        | 38,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 350     | 9,79    | 8      | 58,35       | 308,8   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |   |         |         |        |             |         |
| 707                       | Сок натуральный                             | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 75      |         |        | 8,4         | 33,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |   |         |         |        |             |         |
| 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    |
| 1 063                     | Тефтели рыбные*                             | 60      | 7,59    | 4      | 7,89        | 93,9    |
| 1 126                     | 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   |
| 894                       | Хлеб пшеничный из муки 1с                   | 15      | 0,79    |        | 4,83        | 23,5    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                | 10      | 0,85    |        | 4,25        | 25,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | 540     | 16,53   | 13     | 82,81       | 532,5   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |   |         |         |        |             |         |
| 920                       | Молоко кипяченое*                           | 150     | 4,35    | 5      | 7,05        | 90      |
| 941                       | Сдоба обыкновенная                          | 60      | 5,68    | 3      | 35,49       | 177,7   |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 210     | 10,03   | 8      | 42,54       | 267,7   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 175   | 36,35   | 29     | 192,1       | 1 142,8 |