

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



22.04.2024 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | ЭЦ квал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белка г | Жиры г | Углево-ДМ г | |

| | | | | | | |
|------------------|---|-----|------|---|-------|-------|
| 1 013 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 200 | 6,01 | 7 | 20,24 | 182,7 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| 1 142 | Повидло | 10 | 0,01 | | 1,64 | 6,8 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | 57,5 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 8,15 | 8 | 46,88 | 311,8 |

Завтрак 2

| | | | | | | |
|--------------------|-----------------|-----|--|--|------|------|
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,03 | | 12,2 | 60,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 675 | 28,05 | 13 | 104,4 | 746,1 |

Полдник

| | | | | | | |
|------------------|-------------------------|-------|-------|----|--------|-------|
| 1 073 | Пудинг творожно-манный | 70 | 10,49 | 6 | 11,71 | 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 Полдник | | 300 | 17,96 | 14 | 32,79 | 356,6 |
| Итого за день | | 1 490 | 54,16 | 35 | 195,27 | 1 462 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



22.04.2024 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск № 1-3 с 173 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | ЭЦ квал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белка г | Жиры г | Углево-ДМ г | |

| | | | | | | |
|------------------|---|-----|------|---|-------|-------|
| 1 013 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | 4,51 | 6 | 15,18 | 137 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| 1 142 | Повидло | 10 | 0,01 | | 1,64 | 6,8 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | 47,9 |
| Итого за Завтрак | | 335 | 6,65 | 7 | 39,43 | 256,5 |

Завтрак 2

| | | | | | | |
|--------------------|-----------------|-----|--|--|------|------|
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 525 | 22,92 | 11 | 80,21 | 586,8 |

Полдник

| | | | | | | |
|------------------|-------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 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 Полдник | | 270 | 17,09 | 13 | 31,38 | 338,6 |
| Итого за день | | 1 230 | 46,66 | 31 | 162,22 | 1 229,4 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



23.04.2024 (вторник)

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 | 5,1 | 6 | 31,68 | 205,6 | |
| 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 | 6,98 | 12 | 58,46 | 376,4 | |

| Завтрак 2 | | Обед | | | | |
|---------------------------|--------------------|------------|---------|--------|-------------|-------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 |

| Обед | | Полдник | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 520 | Икра овощная свекольная | 30 | 0,41 | 2 | 2,77 | 33,3 |
| 1 113 | Суп картофельный с клецками | 200 | 2,14 | 2 | 16,6 | 97,2 |
| 1 114 | Клецки* | 30 | 1,42 | 1 | 6,34 | 43 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 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 | 22,29 | 19 | 94,19 | 682,5 |

| Полдник | | Ужин | | | | |
|-------------------------|--------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 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 | 33,36 | 36 | 219,08 | 1 385,3 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



23.04.2024 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 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 | 4,08 | 5 | 25,35 | 164,5 | |
| 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 | 5,64 | 10 | 47,67 | 306,8 | |

| Завтрак 2 | | Обед | | | | |
|---------------------------|--------------------|------------|---------|--------|-------------|-------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 |

| Обед | | Полдник | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 520 | Икра овощная свекольная | 30 | 0,41 | 2 | 2,77 | 33,3 |
| 1 113 | Суп картофельный с клецками | 150 | 1,6 | 2 | 12,45 | 72,9 |
| 1 114 | Клецки* | 30 | 1,42 | 1 | 6,34 | 43 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 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 | 19,67 | 18 | 89,57 | 631,6 |

| Полдник | | Ужин | | | | |
|-------------------------|--------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 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 | 28,73 | 32 | 194,47 | 1 218,5 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



24.04.2024 (сред)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|--------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 852 | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 200 | 7,48 | 5 | 27,11 | 187,9 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 3,36 | 2 | 12,33 | 84 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | 57,5 |
| Итого за Завтрак | | 410 | 10,84 | 7 | 53,81 | 329,4 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 976 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Обед | | | | |
|---------------|---------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 1 021 | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 200 | 3,03 | 6 | 13,87 | 118 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 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 | 16,81 | 25 | 88,71 | 663,2 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник | | | | |
|------------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,81 | | 4,88 | 24,2 |
| Итого за Полдник | | 240 | 19,19 | 16 | 39,06 | 371,1 |
| Итого за день | | 1 320 | 47,24 | 48 | 191,38 | 1 410,7 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



24.04.2024 (сред)

Утверждаю директор

Красноуфимск Яс 1-3 с 173 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|--------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 852 | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 160 | 5,98 | 4 | 21,69 | 150,3 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 2,8 | 2 | 10,28 | 70 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | 47,9 |
| Итого за Завтрак | | 335 | 8,78 | 6 | 43,95 | 268,2 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 674 | Яблоки печеные | 100 | 0,38 | | 15,97 | 71,2 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,38 | | 15,97 | 71,2 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Обед | | | | |
|---------------|---------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 1 021 | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 150 | 2,27 | 4 | 10,41 | 88,5 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 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 | 14,33 | 20 | 74,26 | 588,8 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник | | | | |
|------------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,81 | | 4,88 | 24,2 |
| Итого за Полдник | | 240 | 19,19 | 16 | 39,06 | 371,1 |
| Итого за день | | 1 140 | 42,68 | 42 | 173,24 | 1 269,3 |

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



25.04.2024 (четверг)

Краснофимск ДОУ 3-7 п 195 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭЦ ккал |
|--------------------|---|---------|---------|--------|-------------|-------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 1111 | 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 ккал |
|---------------|--|---------|---------|--------|-------------|-------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 30 | 0,36 | 2 | 2,22 | 29,1 | |
| 1050 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 1,93 | 2 | 13,74 | 107,5 | |
| 1052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 | |
| 1021 | **Рату из мяса птицы | 180 | 20,84 | 19 | 20,95 | 295,7 | |
| 912 | Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | | 21,49 | 89,2 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,03 | | 12,2 | 60,5 | |
| 1147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Обед | | 630 | 27,3 | 24 | 74,89 | 619,7 | |

| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник | | | | | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|--------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 972 | Омлет натуральный | 70 | 7,04 | 9 | 1,29 | 112,1 | |
| 1188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | 57,5 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,81 | | 4,88 | 24,2 | |
| 1147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Полдник | | 270 | 8,7 | 9 | 24,79 | 219,7 | |
| Итого за день | | 1415 | 47,78 | 49 | 165,75 | 1392,5 | |

(Handwritten signature)

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



25.04.2024 (четверг)

Краснофимск Яс 1-3 з 173 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭЦ ккал |
|--------------------|---|---------|---------|--------|-------------|-------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 1111 | 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 ккал |
|---------------|--|---------|---------|--------|-------------|-------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 30 | 0,36 | 2 | 2,22 | 29,1 | |
| 1050 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 1,45 | 2 | 10,31 | 80,7 | |
| 1052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 | |
| 1021 | **Рату из мяса птицы | 150 | 17,36 | 16 | 17,46 | 246,4 | |
| 912 | Компот из свежих яблок | 150 | 0,12 | | 17,91 | 74,3 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | |
| 1147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Обед | | 515 | 22,91 | 21 | 61,95 | 516,6 | |

| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник | | | | | ЭЦ ккал |
|------------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|--------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 972 | Омлет натуральный | 60 | 6,03 | 7 | 1,11 | 96,1 | |
| 1188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | 47,9 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,81 | | 4,88 | 24,2 | |
| 1147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Полдник | | 230 | 7,69 | 7 | 22,22 | 194,1 | |
| Итого за день | | 1190 | 40,96 | 43 | 141,99 | 1194,3 | |

(Handwritten signature)

Утверждено директор
ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



26.04.2024 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭЦ ккал |
|--------------------|---|---------|---------|--------|-----------------|-------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- да г | | |
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 200 | 5,42 | 6 | 33,83 | 176 | |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 3,36 | 2 | 12,33 | 84 | |
| 483 | Чай с лимоном | 180 | 0,08 | | 18,23 | 71,8 | |
| Итого за Завтрак | | 410 | 8,86 | 8 | 64,39 | 331,8 | |
| 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- да г | | |
| 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 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 | |
| 943 | Гренки 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 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,03 | | 12,2 | 60,5 | |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Обед | | 700 | 20,59 | 16 | 91,52 | 606,9 | |
| 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 | | 1 440 | 39,04 | 33 | 197,8 | 1 198,5 | |

Утверждено директор
ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



26.04.2024 (пятница)

Красноуфимск № 1-3 с 173 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭЦ ккал |
|--------------------|---|---------|---------|--------|-----------------|-------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- да г | | |
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 160 | 4,34 | 5 | 27,07 | 140,8 | |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 2,8 | 2 | 10,28 | 70 | |
| 483 | Чай с лимоном | 150 | 0,07 | | 15,2 | 59,9 | |
| Итого за Завтрак | | 335 | 7,21 | 7 | 52,55 | 270,7 | |
| 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- да г | | |
| 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 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 | |
| 943 | Гренки 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 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Обед | | 580 | 17,35 | 14 | 74,77 | 501 | |
| 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 | | 1 215 | 33,28 | 29 | 167,8 | 1 013,5 | |

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



27.04.2024 (суббота)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|---------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ДМ Г | ЭЦ ккал |
| 883 | Каша пшениная молочная жидкая с маслом сливочным | 200 | 7,8 | 8 | 31,8 | 240 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | 57,5 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 3,36 | 2 | 12,33 | 84 |
| Итого за Завтрак | | 410 | 11,16 | 10 | 58,5 | 381,5 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Обед | | | | |
|----------------------|-----------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ДМ Г | ЭЦ ккал |
| 814 | Икра овощная морковная | 30 | 0,28 | 2 | 1,83 | 23,9 |
| 1 033 | Свекольник со сметаной | 200 | 2,3 | 3 | 18,92 | 109,3 |
| 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. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 665 | 19,79 | 19 | 104,21 | 701,3 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник | | | | |
|-------------------------|------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ДМ Г | ЭЦ ккал |
| 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 | 3,46 | 108 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,81 | | 4,88 | 24,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Полдник | | 280 | 15,89 | 12 | 30,45 | 313,8 |
| Итого за день | | 1 455 | 46,84 | 41 | 204,36 | 1 444,1 |

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



27.04.2024 (суббота)

Красноуфимск № 1-3 г 173 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|---------------------------|--|------------|-------------|----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ДМ Г | ЭЦ ккал |
| 883 | Каша пшениная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 6,24 | 7 | 25,44 | 192 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | 47,9 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 2,8 | 2 | 10,28 | 70 |
| Итого за Завтрак | | 335 | 9,04 | 9 | 47,7 | 309,9 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Обед | | | | |
|----------------------|-----------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ДМ Г | ЭЦ ккал |
| 814 | Икра овощная морковная | 30 | 0,28 | 2 | 1,83 | 23,9 |
| 1 033 | Свекольник со сметаной | 150 | 1,73 | 2 | 14,19 | 82 |
| 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 | | 550 | 16,74 | 16 | 86,65 | 590 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник | | | | |
|-------------------------|------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ДМ Г | ЭЦ ккал |
| 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 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Полдник | | 240 | 13,52 | 10 | 27,44 | 272,1 |
| Итого за день | | 1 225 | 39,3 | 35 | 172,99 | 1 219,5 |