

Согласовано:

Утверждаю Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



20.05.2024 (понедельник)

Краснофимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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-поре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Ренки 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	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		655	27,98	13	101,84	734,1

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
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		290	17,77	13	31,45	345,7
Итого за день		1 460	53,9	34	191,37	1 439,1

Согласовано:

Утверждаю Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



20.05.2024 (понедельник)

Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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-поре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
943	Ренки 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)	20	0,4	1	2,69	21,7
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		260	16,9	12	30,04	327,7
Итого за день		1 220	46,47	30	160,88	1 218,5

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



21.05.2024 (вторник)

Утверждаю Директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыт		
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							
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-дыт		
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	180	0,05		20,7	83,3	
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Обед		690	22,29	19	91,89	673,3	
Лодник							
1 182	Манник	60	4,01	5	37	207,1	
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8	
Итого за Подник		240	4,09	5	55,23	278,9	
Итого за день		1 440	33,36	36	216,78	1 376,1	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



21.05.2024 (вторник)

Утверждаю Директор

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыт		
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							
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-дыт		
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	
Лодник							
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6	
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9	
Итого за Подник		200	3,42	4	46,03	232,5	
Итого за день		1 220	28,73	32	194,47	1 218,4	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



22.05.2024 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

Утверждаю Директор

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



22.05.2024 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

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

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,73	5	24,4	169,1
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
Итого за Завтрак		390	10,09	7	51,1	310,6

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47

Обед

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

Ланч

1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
Итого за Подлунник		240	18,01	15	30,87	328,6
Итого за день		1 300	45,31	47	180,48	1 349,4

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

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

Обед

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	558,8

Ланч

1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
Итого за Подлунник		240	18,01	15	30,87	328,6
Итого за день		1 140	41,5	41	165,05	1 226,8

Согласовано:

Утверждено Директор
ООО "Комбинат
Общественного питания"
Ю.Ю. Козырева



23.05.2024 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
1 111	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
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 021	**Рагу из мяса птицы	170	19,68	18	19,79	279,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		620	26,14	23	73,73	603,2
Полдник						
972	Омлет натуральный	70	7,04	9	1,29	112,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
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	8,7	9	24,79	219,7
Итого за День		1 405	46,62	48	164,59	1 383

Согласовано:

Утверждено Директор
ООО "Комбинат
Общественного питания"
Ю.Ю. Козырева



23.05.2024 (четверг)

Красноуфимск ЯС 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
1 111	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
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 021	**Рагу 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
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		515	22,91	21	61,95	516,6
Полдник						
972	Омлет натуральный	60	6,03	7	1,11	96,1
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		230	7,69	7	22,22	194,1
Итого за День		1 190	40,96	43	141,99	1 194,3

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



24.05.2024 (подпись)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

Утверждаю директор

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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-ды г	
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
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	Ренки 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	Щоре картофельное	140	3,07	5	20,62	137,8
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		680	19,6	16	90,62	596
Полдник						
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
948	Шангла со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		230	9,59	9	30,69	212,3
Итого за день		1 420	38,05	33	196,9	1 187,6

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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-ды г	
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
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	Ренки 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	Щоре 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		570	16,58	14	75,34	500
Полдник						
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
948	Шангла со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		200	8,72	8	29,28	194,3
Итого за день		1 205	32,51	29	168,37	1 012,5

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

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



24.05.2024 (подпись)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

Утверждаю директор