

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



17.10.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

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

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
854	Чай с молоком	180	1,23	1	9,58	55,8
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		425	10,93	13	52,49	423

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	1,59	4	10,55	83,3
827	Биточек мясной рубленый	50	7,78	6	7,99	121,7
1 126	Соус томатный	30	0,16	1	1,19	16,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
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.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		680	18,78	17	77,35	604,7

Полдник

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
828	Чай с сахаром*	180			13,47	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
Итого за Полдник		205	11,06	7	44,06	286,4
Итого за день		1 510	41,17	37	183,7	1 361,1

[Signature]

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



17.10.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

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

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96	192
854	Чай с молоком	150	1,03	1	7,98	46,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		350	9,47	11	43,53	352,8

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	1,19	3	7,91	62,5
827	Биточек мясной рубленый	50	7,78	6	7,99	121,7
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	155,5
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
Итого за Обед		515	15,89	14	83,93	533,5

Полдник

1 297	Запеканка рисовая с творогом	50	5,49	4	7,63	89,5
626	Соус из кураги	20	0,11		3,72	15,5
828	Чай с сахаром*	150			11,23	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
Итого за Полдник		250	8,34	5	36,59	227,9
Итого за день		1 215	34,1	30	173,85	1 161,2

[Signature]

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



18.10.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			ЭЦ ккал
		Высок г	Белки г	Жиры г	

846	Каша овсяная Теркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	101,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		425	12,76	19	60,3	467,8

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед			ЭЦ ккал
		Высок г	Белки г	Жиры г	

835	Помидоры порционно	20	0,22		0,75	4,8
1 033	Свекольник со сметаной*	200	2,3	3	18,92	109,3
1 063	Тфтели рыбные*	60	7,59	4	7,89	93,9
901	Соус красный основной	30	0,3	1	2,25	15,5
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
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.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		695	18,33	15	97,05	613,8

Итого за Подник 310 9,39 8 35,98 257,6

Итого за день 1 505 40,48 42 201,73 1 373

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



18.10.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			ЭЦ ккал
		Высок г	Белки г	Жиры г	

846	Каша овсяная Теркулес вязкая молочная с маслом сливочным	180	5,45	8	25,67	198,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78	84,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		370	11,17	16	53,17	416

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед			ЭЦ ккал
		Высок г	Белки г	Жиры г	

835	Помидоры порционно	20	0,22		0,75	4,8
1 033	Свекольник со сметаной*	150	1,73	2	14,19	82
1 063	Тфтели рыбные*	50	6,33	3	6,57	78,2
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
995	Пюре картофельное	110	2,99	4	18,3	137,5
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.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		530	13,65	10	70,84	451,2

Итого за Подник 250 6,74 6 22,56 177,1

Итого за день 1 205 31,56 32 154,97 1 078,1

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



19.10.2022 (сред)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	

302	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200	8,48	9	37,96	289,2
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		425	13,98	13	69,04	473,9

Завтрак 2

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

Обед

520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	200	1,94	2	13,74	80,9
1 054	Котлета Детская мясная	50	7,78	6	7,99	121,7
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	130	3,22	4	33,72	183,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25	1,32		8,05	39,2
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		650	16,49	15	98,13	612,5

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	60	7,83	5	8,72	113,5
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
897	Хлеб пшеничный	15	1,6	1	6,53	41,1
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		285	15,43	12	31,98	300,7
Итого за день		1 435	45,9	40	207,55	1 420,9

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



19.10.2022 (сред)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	

302	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	160	6,79	7	30,37	231,4
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		350	11,87	10	56,94	393,6

Завтрак 2

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

Обед

520	Икра овощная свекольная	20	0,27	2	1,85	22,2
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	150	1,45	2	10,31	60,7
1 054	Котлета Детская мясная	50	7,78	6	7,99	121,7
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	110	2,72	3	28,53	155,5
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		530	14,6	14	80,73	514,6

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	50	6,52	4	7,27	94,6
1 142	Повидло	20	0,02		3,28	13,5
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
Итого за Полдник		240	12,72	9	26,94	250,1
Итого за день		195	39,19	33	173,01	1 192,1

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



20.10.2022 (четверг)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



20.10.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды 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	101,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,19	7	14,48	132,2
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		430	13,34	18	60,62	470,6
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
Обед						

812	Кукуруза консервированная*	30	0,62	2	3,72	34,8
1 049	Суп-поре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,26		7,73	37,6
1 085,01	Тертелги из мяса птицы с рисом	60	12,14	7	7,35	141,3
1 126	Соус томатный	30	0,16	1	1,19	16,9
1 032	Каша гречневая вязкая*	150	4,03	4	20,8	142,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,29		14,81	62,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		700	26,52	16	85,35	613,9
Полдник						

892	Омлет с картофелем	70	4,76	10	5,49	127,7
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		285	8,16	11	43,67	310,5
Итого за день		1 490	48,02	45	198,04	1 428,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды 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	84,4
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	373,2
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
Обед						

812	Кукуруза консервированная*	30	0,62	2	3,72	34,8
1 049	Суп-поре из гороха	150	4,2	2	11,88	78,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,63		3,86	18,8
1 085,01	Тертелги из мяса птицы с рисом	50	10,12	6	6,12	117,7
1 126	Соус томатный	25	0,13	1	0,99	14,1
1 032	Каша гречневая вязкая*	120	3,23	3	16,64	114,3
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,24		12,34	52,3
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		560	21,07	14	66,24	487,8
Полдник						

892	Омлет с картофелем	60	4,08	8	4,71	109,5
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		4,35	27,4
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		230	6,02	8	32,37	237,4
Итого за день		1 220	37,83	36	155,17	1 132,2

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



21.10.2022 (пятница)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

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

Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	7,51	7	41,1	263,3
919	Какао с молоком	180	3,39	4	14,16	103
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		425	16,4	15	71,97	493,5

Завтрак 2

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

Обед

814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 069	Суфле из рыбы*	60	9,33	2	4,49	88,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
990	Рис припущенный с овощами	130	3,12	6	29,09	181,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
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
Итого за Обед		665	18,27	17	87,57	594,8

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		1 405	45,59	44	194,89	1 379,8

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



21.10.2022 (пятница)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

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

Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	5,64	5	30,83	197,4
919	Какао с молоком	180	3,39	4	14,16	103
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		365	13,68	12	57,45	401,7

Завтрак 2

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

Обед

814	Икра овощная морковная	20	0,19	1	1,22	15,9
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	1,43	4	7,03	71,3
1 069	Суфле из рыбы*	50	7,78	2	3,74	73,8
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
990	Рис припущенный с овощами	110	2,64	5	24,61	153,9
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		535	14,92	13	71,54	482,2

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		1 175	37,7	35	159,85	1 132,4

Согласовано:

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



24.10.2022 (понедельник)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Высок г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	Эн 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	1,45	1	10,57	49,4
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		435	9,16	9	52,78	337,8

Завтрак 2

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

Обед

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	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	140	5,52	5	33,57	197,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,32		16,46	69,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		680	24,67	18	96,63	652,7

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*	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
Итого за Полдник		315	18,21	15	38,85	364,8
Итого за день		1 505	52,04	42	196,66	1 389,1

Согласовано:

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



24.10.2022 (понедельник)

Красноуфимск Я-1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Высок г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	Эн ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	--------------	---------

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,51	6	15,18	137
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,45	1	10,57	49,4
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		350	7,24	7	43,36	270,2

Завтрак 2

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

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	50	10,12	6	6,12	117,7
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		12,34	52,3
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
Итого за Обед		525	19,73	15	73,84	510,6

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
Итого за Полдник		270	15,9	13	30,59	307,1
Итого за день		1 220	42,87	35	156,19	1 121,7

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



25.10.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

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

Завтрак

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
Итого за Завтрак		425	11,05	13	89,16	458

Завтрак 2

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

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	Быточек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный	40	0,21	2	1,59	22,6
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
Итого за Обед		735	20,23	20	86,86	670,8

Полдник

1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		285	14,09	8	42,69	302
Итого за день		1 520	45,37	41	227,11	1 464,6

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



25.10.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

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

Завтрак

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
Итого за Завтрак		355	9,49	12	75,58	397,5

Завтрак 2

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

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	Быточек мясной рубленый	50	7,78	6	7,99	121,7
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
Итого за Обед		565	16,92	15	95,98	599,1

Полдник

1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	50	7,67	5	5,9	98,9
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,6	1	6,53	41,1
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		230	10,48	6	35,11	236,8
Итого за день		1 225	36,89	33	215,07	1 267,2

Согласовано:

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



26.10.2022 (сред)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			Эн. ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	

853	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	7,51	7	41,1	263,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		420	12,59	10	70,06	435,1

Завтрак 2

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

Обед

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 свиной *	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
Итого за Обед		605	22,55	28	90,03	715,8

Полдник

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 ржанно-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		265	14,5	12	32,97	296,5
Итого за день		1 390	50,04	50	202,86	1 494,4

Согласовано:

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



26.10.2022 (сред)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			Эн. ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	

853	Каша манная молочная с маслом сливочным	160	6,01	6	32,88	210,6
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		350	11,09	9	59,45	372,8

Завтрак 2

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

Обед

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
Итого за Обед		485	18,51	25	71,17	584,9

Полдник

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 ржанно-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		350	12,88	10	29,27	264,9
Итого за день		1 185	42,88	44	169,69	1 269,6

Согласовано:

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



27.10.2022 (четверг)

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
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
Итого за Завтрак		425	11,13	14	68,08	447,6

Завтрак 2

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

Обед

520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крутой 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
Итого за Обед		660	22,76	17	79,29	567,7

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	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		280	7,5	11	32,97	259,6
Итого за день		1 440	41,39	42	188,74	1 308,7

Согласовано:

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



27.10.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
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	83,9
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		350	9,25	12	56,58	377,9

Завтрак 2

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

Обед

520	Икра овощная свекольная	20	0,27	2	1,85	22,2
1 018	Суп с крутой 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
Итого за Обед		525	18,62	12	62,21	449,4

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
Итого за Полдник		230	5,91	8	25,28	206,4
Итого за день		1 188	33,78	32	152,47	1 067,5

Согласовано:

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



28.10.2022 (пятница)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	158,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		425	10,92	10	64,01	339,6
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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	Тертельи рыбные*	70	8,86	4	9,2	109,5
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
995	Щоре 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
Итого за Обед		675	21,36	16	108,24	684
Обед						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
941	Сдоба обыкновенная	70	6,62	3	41,41	207,4
Итого за Подзник		250	11,84	9	49,87	315,4
Итого за день		1 425	44,12	35	230,52	1 372,8

Согласовано:

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



28.10.2022 (пятница)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	160	4,34	5	27,07	126,8
810	Бутерброд с сыром	25	3,8	3	8,21	75,4
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		350	9,42	8	52,89	286
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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	Тертельи рыбные*	50	6,33	3	6,57	78,2
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
995	Щоре 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
Итого за Обед		530	15,27	12	81,49	516,8
Обед						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
941	Сдоба обыкновенная	60	5,68	3	35,49	177,7
Итого за Подзник		210	10,03	8	42,54	267,7
Итого за день		1 165	34,72	28	183,32	1 104,3