

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



18.04.2022 (понедельник)

Краснофимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	160	3,58	4	28,06	158,7
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	7,55	6	57,71	311,7

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

Обед						
1 175	Рассольник домашний со сметаной	150	1,19	3	7,91	62,5
1 035	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые (с луком)	50	6,03	9	4,03	123,9
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	15	1,19		7,25	35,3
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за Обед		505	13,59	17	78,84	521,8

Полдник						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	60	6,59	5	9,16	107,4
626	Соус из курати	20	0,11		3,72	15,5
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	10	0,61		3,99	19,7
Итого за Полдник		250	8,1	5	32,93	211
Итого за день		1 180	29,24	28	177,88	1 078,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



18.04.2022 (понедельник)

Краснофимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200	4,48	4	35,08	198,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	8,73	6	69,59	371,5

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

Обед						
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,59	4	10,55	83,3
1 035	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые (с луком)	50	6,03	9	4,03	123,9
1 126	Соус томатный**	20	0,1	1	0,79	11,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом*	150	5,92	5	35,96	212
654	Кисель из плодов шиповника	200	0,2		37,4	149,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25	1,98		12,08	58,8
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		660	16,7	19	107,48	670,6

Полдник						
1 297	Запеканка рисовая с творогом	80	8,78	6	12,21	143,2
626	Соус из курати	20	0,11		3,72	15,5
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	10	0,61		3,99	19,7
Итого за Полдник		310	11,08	6	43,05	279,3
Итого за день		1 470	36,51	31	228,52	1 355,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



19.04.2022 (торник)

Красноуфимск Я 1-3 и 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак						
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	160	4,32	8	26,18	196,1
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 витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	9,6	16	54,71	406,4

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

Обед						
836	Огуцы свежие порционно	20	0,16		0,52	2,8
1 033	Свекольник со сметаной*	150	1,73	2	14,19	82
1 063	Тефтели рыбные*	50	6,33	3	6,57	78,2
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
324	Пюре картофельное*	110	2,49	3	14,86	101,3
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25	1,98		12,08	58,8
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		540	13,88	9	74,71	440,9

Полдник						
972	Омлет натуральный*	60	4,91	6	1,99	80,2
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,61		3,99	19,7
Итого за Полдник		235	6,71	6	24,46	180,1
Итого за День		1 200	30,19	31	162,28	1 061,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



19.04.2022 (торник)

Красноуфимск ДС-3-7 и 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак						
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	5,4	10	32,72	245,1
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 витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	11,53	19	65,88	482,8

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

Обед						
836	Огуцы свежие порционно	25	0,2		0,65	3,5
1 033	Свекольник со сметаной*	200	2,3	3	18,92	109,3
1 063	Тефтели 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	25	1,98		12,08	58,8
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47		11,11	52,5
Итого за Обед		695	18,05	14	99,85	612

Полдник						
972	Омлет натуральный*	70	5,73	7	2,32	93,6
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	0,92		5,99	29,6
Итого за Полдник		305	8,23	7	32,94	230,1
Итого за день		1 500	37,81	40	207,07	1 587,7

Согласовано:

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



20.04.2022 (средн)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,64	7	25,44	192
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	8,61	9	55,09	345

Завтрак 2

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

Обед

20	Свекла отварная с маслом растительным	30	0,44	3	2,6	34,8
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	150	1,45	2	10,31	60,7
1 054,01	Котлеты Детские из мяса кур *	50	7,78	6	7,99	121,7
597	Соус молочный (для запекания)	20	0,82	2	2,32	32,8
1 032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	104,7
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		16,88	72,2
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за Обед		540	15,97	16	69,45	494,9

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	60	7,83	5	8,72	113,5
1 142	Повидло	15	0,01		2,46	10,1
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,61		3,99	19,7
Итого за Полдник		245	13,59	10	27,05	256,8
Итого за день		1 210	38,17	35	159,99	1 130,5

Согласовано:

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



20.04.2022 (средн)

Красноуфимск ДС 3-7 г 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

302	Каша пшеничная 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	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		420	12,45	11	70	451,8

Завтрак 2

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

Обед

20	Свекла отварная с маслом растительным	50	0,74	4	4,33	58
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	200	1,94	2	13,74	80,9
1 054,01	Котлеты Детские из мяса кур *	60	9,33	8	9,59	146,1
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	123,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		20,25	86,6
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		675	18,51	19	83,01	584,5

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	60	7,83	5	8,72	113,5
1 142	Повидло	15	0,01		2,46	10,1
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,61		3,99	19,7
Итого за Полдник		280	14,86	11	30,88	286,6
Итого за день		1 450	45,82	41	192,29	1 356,7

Согласовано:

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



21.04.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	180	2,87	3	10,13	406,1
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 витаминизированный	10	0,56		4,94	21
Итого за завтрак		365	7,87	11	36,19	605,9

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

Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха*	150	4,2	2	11,88	78,6
1 085.01	Тефтели из мяса птицы с рисом	50	10,12	6	6,12	117,7
1 126	Соус томатный**	20	0,1	1	0,79	11,3
959	Рату из овощей*	110	2,35	5	15,56	115,3
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,24		12,34	52,3
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	15	1,19		7,25	35,3
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за обед		505	18,79	14	58,38	431,5

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 витаминизированный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	10	0,61		3,99	19,7
Итого за полдник		230	5,59	8	31,85	228,6
Итого за день		1 175	32,25	33	134,82	1 299,8

Согласовано:

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



21.04.2022 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	200	3,19	3	11,26	451,2
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 витаминизированный	10	0,56		4,94	21
Итого за завтрак		415	8,76	12	39,48	667,9

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

Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха*	200	5,59	2	15,84	104,9
1 085.01	Тефтели из мяса птицы с рисом	50	10,12	6	6,12	117,7
1 126	Соус томатный**	30	0,16	1	1,19	16,9
959	Рату из овощей*	130	2,78	6	18,39	136,3
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,29		14,81	62,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за обед		625	21,4	15	72,68	517

Полдник						
892	Омлет с картофелем	80	5,44	11	6,28	146
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	10	0,61		3,99	19,7
Итого за полдник		280	6,97	11	37,09	280,3
Итого за день		1 395	37,13	38	157,65	1 499

Согласовано:

Утверждаю, директор
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



22.04.2022 (подпись)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
-------------	--------------------	----------	----------	---------	-------------	----------

Завтрак

895	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	2,09	3	16,56	177,8
919	Какао с молоком*	150	2,83	3	11,8	85,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	8,89	8	46,03	368,8

Завтрак 2

674	Яблоки печеные.	75	0,28		26,72	112,2
Итого за Завтрак 2		75	0,28		26,72	112,2

Обед

1 058	Суп Крестынский с крупой, сметаной*	150	1,43	4	7,03	71,3
1 069	Суфле из рыбы*	50	7,78	2	3,74	73,8
995	Пюре картофельное	110	2,99	4	18,3	137,5
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		16,88	72,2
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	15	1,19		7,25	35,3
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за Обед		485	14,33	10	57,64	411,1

Полдник

920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
938,03	Сдоба обыкновенная	60	3,66	2	23,44	191,1
Итого за Полдник		210	8,01	7	30,49	281,1
Итого за день		1 120	31,51	25	160,88	1 173,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



22.04.2022 (подпись)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
-------------	--------------------	----------	----------	---------	-------------	----------

Завтрак

895	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	200	2,61	4	20,69	222,2
919	Какао с молоком*	180	3,39	4	14,16	103
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		420	9,97	10	52,52	430,3

Завтрак 2

674	Яблоки печеные.	75	0,28		26,72	112,2
Итого за Завтрак 2		75	0,28		26,72	112,2

Обед

1 058	Суп Крестынский с крупой, сметаной*	200	1,91	5	9,37	95
1 069	Суфле из рыбы*	70	10,89	3	5,23	103,3
995	Пюре картофельное	130	3,53	5	21,63	162,5
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		20,25	86,6
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		615	19,2	13	72,81	525,9

Полдник

920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
941	Сдоба обыкновенная*	70	6,62	3	41,41	207,4
Итого за Полдник		250	11,84	9	49,87	315,4
Итого за день		1 360	41,29	32	201,92	1 383,8