

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



23.05.2022 (понедельник)

Красноуфимск ДС-3-7 п 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ 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 витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		435	8,58	8	54,16	328

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
254	Биточки из индейки	50	8,37	9	7,72	132,4
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 ржано-пшеничный	20	1,17		8,89	42
Итого за Обед		670	20,37	19	97,39	634

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 витаминизированный	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		315	17,66	14	39,8	357
Итого за день		1 495	46,61	41	199,75	1 352,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



23.05.2022 (понедельник)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	1,45	1	10,57	49,4
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	6,8	7	44,39	262,8

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	150	1,52	3	9,47	72,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,63		3,86	18,8
254	Биточки из индейки	40	6,7	8	6,18	105,9
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 ржано-пшеничный	20	1,17		8,89	42
Итого за Обед		515	15,78	16	74,29	489

Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	60	7,83	5	8,72	113,5
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 витаминизированный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		250	14,13	11	28,28	273,3
Итого за день		1 190	36,71	34	155,36	1 058,9

Согласовано:

Утверждено директор

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



24.05.2022 (вторник)

Красноуфимск ДС-3-7 и 177 р

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

Завтрак						
900	Каша (пшеница, кукуруза) молочная с маслом сливочным	200	1,99	3	23,94	134,3
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 витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	4,67	8	58,53	328,2

Завтрак 2

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

Обед

813	Икра кабачковая пром. производства	30	0,57	3	2,31	35,7
1 113	Суп картофельный с клецками*	200	2,02	2	18,96	104,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
253	Биточки из индейки и свинины	60	10,04	11	9,27	158,9
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
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		22,5	96,2
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		735	21,24	24	106,31	712,2

Полдник

1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
854	Чай с молоком	180	1,23	1	9,58	55,8
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		285	14,69	8	34,99	278,2
Итого за день		1 520	40,6	40	208,23	1 352,4

Согласовано:

Утверждено директор

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



24.05.2022 (вторник)

Красноуфимск Я-1-3 и 157 руб

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

Завтрак						
900	Каша (пшеница, кукуруза) молочная с маслом сливочным	160	1,59	3	19,15	107,5
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 витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		355	4,27	8	51,35	291,8

Завтрак 2

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

Обед

813	Икра кабачковая пром. производства	20	0,38	2	1,54	23,8
1 113	Суп картофельный с клецками*	150	1,51	2	14,22	78,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
253	Биточки из индейки и свинины	50	8,37	9	7,72	132,4
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
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		16,88	72,2
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,05		6,44	31,3
1 147	Хлеб ржаной-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		565	17,5	19	85,15	570,2

Полдник

1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	50	7,67	5	5,9	98,9
854	Чай с молоком	150	1,03	1	7,98	46,5
897	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		230	11,03	6	28,61	217,6
Итого за день		1 225	32,8	33	173,51	1 113,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева



25.05.2022 (средн)

Красноуфимск ДС-3-7 п 177 р

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

Завтрак						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	7,51	7	41,1	263,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		420	11,48	9	73,14	425,9

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

Обед						
836	Огуры свежие порционно	30	0,24		0,78	4,2
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 *	130	12,7	19	26,41	324,4
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-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		615	17,77	22	81,5	594,6

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 витаминизированный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		265	14,09	11	33,69	290,7
Итого за день		1 375	43,34	42	196,73	1 345

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева



25.05.2022 (средн)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

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

Завтрак						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным	160	6,01	6	32,88	210,6
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	9,98	8	62,53	363,6

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

Обед						
836	Огуры свежие порционно	20	0,16		0,52	2,8
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 *	110	10,75	16	22,34	274,5
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-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за Обед		485	14,15	19	63,01	473,9

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 витаминизированный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		250	12,6	10	29,75	261
Итого за день		1 160	36,73	37	163,69	1 132,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



26.05.2022 (четверг)

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

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

Завтрак

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
488	Какао с молоком **	180	3,57	3	13,62	89,9
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	10,73	12	68,92	424,7

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
1 018	Суп с крутой пшенной "Волна" со сметаной*	200	2,7	5	16,38	118,6
275	Биточки рубленые из птицы	70	10,93	12	7,08	151,2
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
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 ржано-пшеничный	20	1,17		8,89	42
Итого за Обед		700	20,96	26	87,36	640,2

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 витаминизированный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		280	7,09	10	33,69	253,8
Итого за день		1480	38,78	48	198,37	1352,5

[Signature]

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



26.05.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

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

Завтрак

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
488	Какао с молоком **	150	2,98	3	11,35	74,9
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	8,96	12	57,16	359,5

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
1 018	Суп с крутой пшенной "Волна" со сметаной*	150	2,03	3	12,28	88,9
275	Биточки рубленые из птицы	50	7,81	8	5,06	108
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
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 ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		545	15,49	18	67,71	483,7

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 витаминизированный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		230	5,63	8	25,76	202,5
Итого за день		1200	30,08	38	159,03	1079,7

[Signature]

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



27.05.2022 (подпись)

Красноуфимск ДС-3-7 п 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ ккал
Завтрак						
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	3,14	4	38,89	207,2
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	7,39	6	72,5	376,7

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

Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	3,86	4	15,35	112,4
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	130	3,53	5	21,63	162,5
654	Кисель из плодов шиповника	180	0,18		33,66	134,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17		8,89	42
Итого за Обед		650	19,28	14	99,18	619,5

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		1 400	38,51	29	229,95	1 345,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



27.05.2022 (подпись)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ ккал
Завтрак						
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	160	2,52	3	31,12	165,8
810	Бутерброд с сыром	25	3,13	2	10,26	73,6
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		350	6,49	5	60,02	315,8

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

Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	150	2,89	3	11,51	84,3
1 063	Тефтели рыбные*	50	6,33	3	6,57	78,2
1 126	Соус томатный**	20	0,1	1	0,79	11,3
995	Пюре картофельное	110	2,99	4	18,3	137,5
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 ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		510	14,13	11	76,72	478,6

Полдник						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
941	Сдоба обыкновенная*	60	5,68	3	35,49	177,7
Итого за Полдник		210	10,03	8	42,54	267,7
Итого за день		1 145	30,65	24	187,68	1 095,9