

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Утверждаю директор
30.05.2022 (понедельник)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ 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	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84	7,41	31,5	343,6
Итого за Завтрак		350	8,36	10	46,61	343,6
Завтрак 2						
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
254	Биточки из индейки	50	8,37	9	7,72	132,4
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 ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		515	16,08	17	83,95	536,8
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 витаминизированный	15	1,19		7,25	33,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		250	7,93	4	37,31	222,1
Итого за день		1 190	32,37	31	176,27	1 136,3

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Утверждаю директор
30.05.2022 (понедельник)

Красноуфимск ДС 3-7 г 177 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ 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	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,12	9,88	42	411,4
Итого за Завтрак		425	9,68	11	55,92	411,4
Завтрак 2						
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
254	Биточки из индейки	50	8,37	9	7,72	132,4
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
654	Кисель из плодов шиповника	200	0,2		37,4	149,8
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		680	18,99	19	111,37	683,4
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 витаминизированный	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		305	10,51	6	45,01	278,6
Итого за день		1 485	39,18	36	220,7	1 407,2

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



31.05.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 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	Огурцы свежие порционно	20	0,16		0,52	2,8
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 ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		530	13,19	10	70,9	441,8

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	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		230	6,46	6	23,04	173,2
Итого за день		1 185	29,25	32	157,05	1 055,2

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



31.05.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС 3-7 г 177 руб

№ 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	Огурцы свежие порционно	20	0,16		0,52	2,8
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 ржано-пшеничный	25	1,47		11,11	52,5
Итого за Обед		695	17,61	14	97,3	599,5

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	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		305	8,45	7	34,43	237,4
Итого за день		1 500	37,59	40	206,01	1 353,5

Согласовано:

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



01.06.2022 (средн)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за завтрак		350	10,76	9	60,02	384,4

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

Обед						
20	Свежая отварная с маслом растительным Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	30	0,44	3	2,6	34,8
1 050	Котлеты Детские из мяса птицы	150	1,45	2	10,31	60,7
1 054,01	Соус белый основной	50	7,78	6	7,99	121,7
824	Рис припущенный*	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Компот из смеси сухофруктов	110	2,72	3	28,53	155,5
928	Хлеб пшеничный из муки 1с	150	0,35		16,88	72,2
894	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,79		4,83	23,5
1 147	Итого за обед	10	0,59		4,44	21
Итого за обед		535	14,25	15	76,32	500

Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	50	6,52	4	7,27	94,6
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	0,76		4,99	24,6
Итого за полдник		235	12,43	9	26,6	242,8
Итого за день		1 195	37,44	33	171,34	1 161

Согласовано:

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



01.06.2022 (средн)

Красноуфимск ДС 3-7 г 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за завтрак		425	12,73	11	72,47	462,3

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

Обед						
20	Свежая отварная с маслом растительным Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	50	0,74	4	4,33	58
1 050	Котлеты Детские из мяса птицы	200	1,94	2	13,74	80,9
1 054,01	Соус белый основной	60	9,33	8	9,59	146,1
824	Рис припущенный*	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Компот из смеси сухофруктов	130	3,22	4	33,72	183,8
928	Хлеб пшеничный из муки 1с	180	0,41		20,25	86,6
894	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,32		8,05	39,2
1 147	Итого за обед	15	0,88		6,67	31,5
Итого за обед		680	17,97	19	97,09	636,7

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	0,76		4,99	24,6
Итого за полдник		280	15,01	11	31,88	291,5
Итого за день		1 460	45,71	41	209,84	1 424,3

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

02.06.2022 (четверг)



Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева

02.06.2022 (четверг)



Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	170	2,71	3	9,57	383,5
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 витаминизированный	10	0,56		4,94	21
Итого за Завтрак		355	7,71	11	35,63	583,3

Завтрак 2

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	0,79		4,83	23,5
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за Обед		505	18,39	14	55,96	419,7

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 ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		230	5,74	8	32,85	233,5
Итого за день		1 165	31,84	33	132,84	1 270,3

Handwritten signature

Красноуфимск ДС 3-7 г 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	180	2,87	3	10,13	406,1
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	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		400	8,72	12	40,82	633,3

Завтрак 2

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**	20	0,1	1	0,79	11,3
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	1,05		6,44	31,3
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		615	20,81	15	69,06	495,7

Полдник

892	Омлет с картофелем	60	4,08	8	4,71	109,5
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
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		260	5,76	8	36,52	248,7
Итого за день		1 350	35,29	35	154,8	1 411,5

Handwritten signature

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



03.06.2022 (пятница)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ 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	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,56		4,94	21
Итого за Завтрак		365	12,72	11	60,19	395
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
1 058	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
990	Рис припущенный с овощами	110	2,64	5	24,61	153,9
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 ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5
Итого за Обед		515	14,51	13	66,91	457,8

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		1 165	37,26	32	178,04	1 154,3

Handwritten signature

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



03.06.2022 (пятница)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ 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	3,13	2	10,26	73,6
1 148	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	15,15	13	75,4	481,9
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
1 058	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
990	Рис припущенный с овощами	130	3,12	6	29,09	181,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		20,25	86,6
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25	1,32		8,05	39,2
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,17		8,89	42
Итого за Обед		635	17,64	15	81,68	557

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		1 385	44,63	37	215,35	1 388,1

Handwritten signature