

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



11.07.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 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
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
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

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Ланч				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Ланч		250	7,93	4	37,31	222,1
Ланч						
Итого за день		1 190	32,37	31	176,27	1 136,3

(Handwritten signature)

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



11.07.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС-3-7 г 177 р

№ 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
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
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

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Ланч				
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
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 Ланч		305	10,51	6	45,01	278,6
Ланч						
Итого за день		1 485	39,18	36	220,7	1 407,2

(Handwritten signature)

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



12.07.2022 (вторник)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭП ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
846	Каша овсяная Г еркулес 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 витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		370	10,73	16	54,2	408,6
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭП ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
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	Щоре 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	6	4,99	24,6
Итого за Полдник		230	6,46	6	23,04	173,2
Итого за день		1 205	30,38	32	156,54	1 057,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



12.07.2022 (вторник)

Красноуфимск ДС-3-7 г 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭП ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
846	Каша овсяная Г еркулес 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 витаминизированный	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	12,18	18	61,68	458
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭП ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
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	Щоре 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	592,5
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	20	1,53	7	9,98	49,3
Итого за Полдник		370	8,84	7	36,93	249,8
Итого за день		1 505	38,63	39	204,31	1 341,1

Согласовано:

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



13.07.2022 (сред)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	3,13	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	
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	Котлеты Детские мясные	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		16,88	72,2	
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		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	9	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"
С.Ю. Козырева



13.07.2022 (сред)

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	3,13	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	
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	Котлеты Детские мясные	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		20,25	86,6	
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25	1,32		8,05	39,2	
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,88		6,67	31,5	
Итого за Обед		670	16,42	17	95,49	612,3	
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		1 450	44,16	39	208,24	1 399,9	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



14.07.2022 (четверг)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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 витаминизированный	10	0,56		4,94	21
Итого за Завтрак		355	10,45	14	48,85	368,3

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
943	Ренки из пшеничного хлеба	5	0,63		3,86	18,8
1 085,01	Тфтели 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 ржано-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за Обед		530	20,19	12	62,71	448,1

Ланч

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 Ланч		230	5,74	8	32,85	233,5
Итого за день		1 190	36,38	34	152,81	1 083,7

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



14.07.2022 (четверг)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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 витаминизированный	15	0,84		7,41	31,5
Итого за Завтрак		430	12,9	18	61,65	463,2

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
943	Ренки из пшеничного хлеба	10	1,26		7,73	37,6
1 085,01	Тфтели 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 ржано-пшеничный	10	0,59		4,44	21
Итого за Обед		670	25,64	14	81,82	574,2

Ланч

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 витаминизированный	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Ланч		285	7,61	10	44,62	302,7
Итого за день		1 460	46,15	42	196,49	1 373,9

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



15.07.2022 (пятница)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭП ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,07	4	25,37	118,8	
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	11,15	10	54,73	316,4	

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

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	133,9
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
1 141	Печенье детское	30	2,25	3	22,32	122,1
Итого за Полдник		180	6,6	8	29,37	212,1
Итого за день		1 160	32,66	31	160,81	1 033,3

[Handwritten signature]

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



15.07.2022 (пятница)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДС 3-7 г 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭП ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г		
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	158,5	
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	13,06	12	68,13	377,1	

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

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
1 141	Печенье детское	40	3	4	29,76	162,8
Итого за Полдник		220	8,22	10	38,22	270,8
Итого за день		1 380	39,32	37	197,83	1 251,9

[Handwritten signature]