

Согласовано:

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



01.08.2022 (понедельник)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды 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	1,32		6,68	42
Итого за Обед		515	15,93	16	72,08	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	36,86	34	153,15	1 058,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева
01.08.2022 (понедельник)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды 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	1,32		6,68	42
Итого за Обед		670	20,52	19	95,18	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	46,76	41	197,54	1 352,8

О.Ю.Козырева

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

<u>Полдник</u>						
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 витаминизированный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		230	10,07	5	35,83	231
Итого за день		1 225	34,08	30	187,71	1 130,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

02.08.2022 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	158,5
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	8,1	11	68,42	352,4
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
Обед						
818	Салат из белокачанной капусты с морковью с маслом растительным	30	0,53	2	2,98	28,3
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	Биточки мясные рубленые*	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
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 ржано-пшеничный	15	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		735	20,6	20	105,64	692
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 витаминизированный	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
Итого за Полдник		285	13,54	7	43,64	294,2
Итого за день		1 520	42,24	38	226,1	1 372,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

03.08.2022 (среда)

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	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						
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 свининой *	110	12,7	19	26,41	324,4
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 ржано-пшеничный	10	0,66		3,34	21
Итого за Обед		465	16,01	22	65,46	521
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 ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		250	12,6	10	29,75	261
Итого за день		1 165	38,99	40	167,54	1 192,6

Согласовано:

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



03.08.2022 (среда)

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
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						
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 свининой *	130	15,01	22	31,21	383,4
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	15	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		585	19,95	25	83,86	649,4
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
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
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		265	14,09	11	33,69	290,7
Итого за день		1 370	45,92	45	200,49	1 413

Согласовано:

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



04.08.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
20	Свекла отварная с маслом растительным	30	0,44	3	2,6	34,8
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*	150	2,03	3	12,28	88,9
1 035	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые (с луком)	50	6,03	9	4,03	123,9
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	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		545	13,82	19	65,02	499,8
<u>Полдник</u>						
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		1 200	28,41	39	156,34	1 095,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

04.08.2022 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
20	Свекла отварная с маслом растительным	50	0,74	4	4,33	58
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*	200	2,7	5	16,38	118,6
1 035	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые (с луком)	60	7,23	10	4,84	148,7
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	1,32		6,68	42
Итого за Обед		690	17,41	24	82,91	637,7
<u>Полдник</u>						
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		1 470	35,23	46	193,92	1 350

Согласовано:

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



05.08.2022 (пятница)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
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	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	10	0,66		3,34	21
Итого за Обед		510	14,54	11	77,25	486,9
<u>Полдник</u>						
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	31,06	24	188,21	1 104,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

05.08.2022 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
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	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	25	1,32		8,05	39,2
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32		6,68	42
Итого за Обед		655	20,43	14	103,09	649,3
<u>Полдник</u>						
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		1 405	39,66	29	233,86	1 375,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

08.08.2022 (понедельник)

Красноуфимск Я 1-3 з 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды 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
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
827	Биточки мясные рубленые*	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 ржано-пшеничный	15	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		515	15,6	14	82,56	526,1
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	35,3
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	31,89	28	174,88	1 125,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

08.08.2022 (понедельник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,59	4	10,55	83,3
827	Биточки мясные рубленые*	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
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	1,32		6,68	42
Итого за Обед		680	18,55	16	109,43	672,7
<u>Полдник</u>						
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	38,74	33	218,76	1 396,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

09.08.2022 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
846	Каша овсяная Геркулес 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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
835	Помидоры порционнно	20	0,22		0,75	4,8
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	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65		8,35	52,5
Итого за Обед		695	17,85	14	94,77	601,5
<u>Полдник</u>						
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		9,98	49,3
Итого за Полдник		310	8,84	7	36,93	249,8
Итого за день		1 505	38,87	39	201,78	1 343,1

Согласовано:

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



09.08.2022 (вторник)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
846	Каша овсяная Геркулес 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
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
835	Помидоры порционно	20	0,22		0,75	4,8
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
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	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		530	13,36	10	69,47	443,8
<u>Полдник</u>						
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		1 205	30,55	32	155,11	1 059,4

Согласовано:

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



10.08.2022 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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	20	1,12		9,88	42
Итого за Завтрак		425	12,73	11	72,47	462,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
Итого за Завтрак 2		75			8,4	33,8
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		0,52	2,8
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	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		640	15,95	13	90,02	557,1
<u>Полдник</u>						
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		1 420	43,69	35	202,77	1 344,7

Согласовано:

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



10.08.2022 (среда)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

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

Завтрак

302	Каша пшенная 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

836	Огурцы 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
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	0,66		3,34	21
Итого за Обед		525	14,04	12	73,14	468

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		1 185	37,23	30	168,16	1 129

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

11.08.2022 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре 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	Тефтели 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	0,66		3,34	21
Итого за Обед		670	25,71	14	80,72	574,2
<u>Полдник</u>						
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 Полдник		285	7,61	10	44,62	302,7
Итого за день		1 485	46,62	42	196,79	1 387,1

Согласовано:

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



11.08.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре 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	Тефтели 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	0,66		3,34	21
Итого за Обед		530	20,26	12	61,61	448,1
<u>Полдник</u>						
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		1 215	36,85	34	153,11	1 096,9

Согласовано:

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



12.08.2022 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	158,5
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	10,9	9	63,55	329,9
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
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	1,32		6,68	42
Итого за Обед		635	17,79	15	79,47	557
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
941	Сдоба обыкновенная*	60	5,68	3	35,49	177,7
Итого за Полдник		240	10,9	9	43,95	285,7
Итого за день		1 400	39,99	33	196,77	1 219,6

Согласовано:

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



12.08.2022 (пятница)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,07	4	25,37	118,8
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	10	0,56		4,94	21
Итого за Завтрак		365	8,99	7	50,15	269,2
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
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	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		515	14,62	13	65,25	457,8
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
941	Сдоба обыкновенная*	50	4,73	2	29,58	148,1
Итого за Полдник		200	9,08	7	36,63	238,1
Итого за день		1 180	33,09	27	161,83	1 012,1