

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



29.08.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

### Красноуфимск ДС-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
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	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
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	60	12,14	7	7,35	141,3
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 ржаной.	20	1,32		6,68	42
Итого за Обед		680	24,29	17	94,81	642,9

#### 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	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		1 505	50,53	39	197,17	1 361,7

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



29.08.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

### Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
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	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
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	50	10,12	6	6,12	117,7
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 ржаной.	20	1,32		6,68	42
Итого за Обед		525	19,35	14	72,02	500,8

#### 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*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Полдник		270	15,62	13	31,07	303,2
Итого за день		1 220	41,77	34	155,88	1 100,6

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



30.08.2022 (вторник)

Утверждаю директор

## Красноуфимск ДС-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным*	200	7,79	7	55,95	254,3
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	20	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>425</b>	<b>10,47</b>	<b>12</b>	<b>90,54</b>	<b>448,2</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,78	4,2
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	Выпечка 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 ржаной.	15	0,99		5,01	31,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>735</b>	<b>20,31</b>	<b>18</b>	<b>103,44</b>	<b>667,9</b>
<b>Полдник</b>						
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	20	1,58		9,66	47
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>285</b>	<b>13,54</b>	<b>7</b>	<b>43,64</b>	<b>294,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 520</b>	<b>44,32</b>	<b>37</b>	<b>246,02</b>	<b>1 444,1</b>

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



30.08.2022 (вторник)

Утверждаю директор

## Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным*	160	6,23	6	44,76	203,4
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	20	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>8,91</b>	<b>11</b>	<b>76,96</b>	<b>387,7</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		0,52	2,8
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,51	2	14,22	78,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
827	Выпечка мясные рубленые	50	7,78	6	7,99	121,7
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.	15	0,99		5,01	31,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>565</b>	<b>16,8</b>	<b>14</b>	<b>82,74</b>	<b>538,5</b>
<b>Полдник</b>						
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	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>10,07</b>	<b>5</b>	<b>35,83</b>	<b>231</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>35,78</b>	<b>30</b>	<b>203,93</b>	<b>1 191</b>

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Ю. Козырева



31.08.2022 (средн)

Утверждено директор

### Красноуфимск ДС-7 л 177 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
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	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 свиной *	150	17,32	25	36,01	442,4
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.	15	0,99		5,01	31,5
Итого за Обед		605	22,26	28	88,66	708,4

#### Лодник

1 297	Запеканка рисовая с творогом	70	7,68	6	10,68	125,3
626	Соус из курати	20	0,11		3,72	15,5
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Подник		265	14,09	11	33,69	290,2
Итого за день		1 390	48,23	48	205,29	1 472

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Ю. Козырева



31.08.2022 (средн)

Утверждено директор

### Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
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	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 свиной *	130	15,01	22	31,21	383,4
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 ржаной.	10	0,66		3,34	21
Итого за Обед		485	18,32	25	70,26	580

#### Лодник

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
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
Итого за Подник		250	12,6	10	29,75	261
Итого за день		1 185	41,3	43	172,34	1 251,6

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



01.09.2022 (четверг)

Утверждаю директор

### Красноуфимск ДС-7 л 177 р

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

<i>Завтрак</i>						
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
919	Какао с молоком	180	3,39	4	14,16	103
1 148	Хлеб ржаной	20	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>425</b>	<b>10,55</b>	<b>13</b>	<b>69,46</b>	<b>437,8</b>

<i>Завтрак 2</i>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

<i>Обед</i>						
835	Помидоры порционно	30	0,33		1,13	7,1
1 018	Суп с крупной пшенной "Волна" со сметаной*	200	2,7	5	16,38	118,6
1 106	Гуляш из индейки	70	12,73	5	2,46	104
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	123,8
912	Компот из свежих яблок.	180	0,14		2,149	89,2
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,32		6,68	42
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>22,3</b>	<b>14</b>	<b>75,83</b>	<b>531,7</b>

<i>Полдник</i>						
892	Омлет с картофелем	70	4,76	10	5,49	127,7
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,19		7,25	35,3
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	15	1,14		7,48	36,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>280</b>	<b>7,09</b>	<b>10</b>	<b>33,69</b>	<b>253,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 440</b>	<b>39,94</b>	<b>37</b>	<b>187,38</b>	<b>1 257,1</b>

*(Handwritten signature)*

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



01.09.2022 (четверг)

Утверждаю директор

### Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

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

<i>Завтрак</i>						
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
919	Какао с молоком	150	2,83	3	11,8	85,9
1 148	Хлеб ржаной	15	0,84		7,41	31,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>8,81</b>	<b>12</b>	<b>57,61</b>	<b>370,5</b>

<i>Завтрак 2</i>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

<i>Обед</i>						
835	Помидоры порционно	20	0,22		0,75	4,8
1 018	Суп с крупной пшенной "Волна" со сметаной*	150	2,03	3	12,28	88,9
1 106	Гуляш из индейки	60	10,91	4	2,1	89,1
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 ржаной.	15	0,99		5,01	31,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>18,28</b>	<b>10</b>	<b>59,74</b>	<b>424,6</b>

<i>Полдник</i>						
892	Омлет с картофелем	60	4,08	8	4,71	109,5
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,79		4,83	23,5
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	10	0,76		4,99	24,6
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>5,63</b>	<b>8</b>	<b>25,76</b>	<b>202,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 180</b>	<b>32,72</b>	<b>30</b>	<b>151,51</b>	<b>1 031,4</b>

*(Handwritten signature)*

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



02.09.2022 (подпись)

Утверждаю Директор

## Красноуфимск ДС-7 л 177 р

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

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	20	1,12		9,88	42
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>425</b>	<b>7,39</b>	<b>6</b>	<b>72,5</b>	<b>376,7</b>

<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

<b>Обед</b>						
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	Тертельи рыбные*	70	8,86	4	9,2	109,5
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
995	Щоре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
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 ржаной.	20	1,32		6,68	42
<b>Итого за Обед</b>		<b>675</b>	<b>20,98</b>	<b>15</b>	<b>106,42</b>	<b>674,2</b>

<b>Полдник</b>						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
941	Сдоба обыкновенная*	70	6,62	3	41,41	207,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>11,84</b>	<b>9</b>	<b>49,87</b>	<b>315,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 425</b>	<b>40,21</b>	<b>30</b>	<b>237,19</b>	<b>1 400,1</b>

*(Handwritten signature)*

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



02.09.2022 (подпись)

Утверждаю Директор

## Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

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

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	15	0,84		7,41	31,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>6,49</b>	<b>5</b>	<b>60,02</b>	<b>315,8</b>

<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>75</b>			<b>8,4</b>	<b>33,8</b>

<b>Обед</b>						
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	Тертельи рыбные*	50	6,33	3	6,57	78,2
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
995	Щоре картофельное	130	3,53	5	21,63	162,5
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 ржаной.	10	0,66		3,34	21
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>15,08</b>	<b>12</b>	<b>80,58</b>	<b>511,9</b>

<b>Полдник</b>						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
941	Сдоба обыкновенная*	60	5,68	3	35,49	177,7
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>10,03</b>	<b>8</b>	<b>42,54</b>	<b>267,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 165</b>	<b>31,6</b>	<b>25</b>	<b>191,54</b>	<b>1 129,2</b>

*(Handwritten signature)*