

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



12.12.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

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

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 111 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 200 | 4,2 | 8 | 26,2 | 240 |
| 854 | Чай с молоком | 180 | 1,23 | 1 | 15,46 | 79,2 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 10,45 | 12 | 59,58 | 443,3 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| 1 175 | Рассольник домашний со сметаной | 200 | 1,59 | 4 | 10,55 | 83,3 |
| 827 | Виточек мясной рубленый | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 | 170,4 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,92 | 5 | 35,96 | 212 |
| 1 318 | Кисель витаминизированный | 200 | 0,05 | | 3,5 | 72 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 690 | 23,45 | 21 | 83,55 | 683 |

Ланч

| | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| 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 | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Ланч | | 300 | 10,68 | 7 | 41,57 | 274,1 |
| Итого за день | | 1 505 | 44,98 | 40 | 194,5 | 1 447,4 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



12.12.2022 (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 | |

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 111 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 3,36 | 7 | 20,96 | 192 |
| 854 | Чай с молоком | 150 | 1,02 | 1 | 12,89 | 66 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 9,4 | 11 | 51,77 | 382,1 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
| 1 175 | Рассольник домашний со сметаной | 150 | 1,19 | 3 | 7,91 | 62,5 |
| 827 | Виточек мясной рубленый | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | 146,1 |
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 525 | 18,52 | 17 | 87,8 | 581,4 |

Ланч

| | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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 | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Ланч | | 245 | 7,96 | 5 | 34,1 | 215,6 |
| Итого за день | | 1 215 | 36,28 | 33 | 183,47 | 1 226,1 |

Согласовано:

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



13.12.2022 (вторник)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭП ккал |
| 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 11,91 | 18 | 56,05 | 441,9 |

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 | 30 | 0,57 | 3 | 2,31 | 35,7 |
| 1 033 | Свекольник со сметаной* | 200 | 2,3 | 3 | 18,92 | 109,3 |
| 1 063 | Тефтели рыбные* | 70 | 8,86 | 4 | 9,2 | 109,5 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 4,08 | 6 | 24,96 | 187,4 |
| 699 | Напиток лимонный | 180 | 0,13 | | 21,99 | 91,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 705 | 21,47 | 19 | 102,57 | 690,4 |

Полдник

| | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|-------------|-----------|---------------|--------------|
| 972 | Омлет натуральный* | 70 | 5,73 | 7 | 2,32 | 93,6 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 300 | 8,62 | 8 | 30,99 | 232,9 |
| Итого за день | | 1 495 | 42 | 45 | 198,01 | 1 399 |

Согласовано:

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



13.12.2022 (вторник)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭП ккал |
| 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 365 | 10,74 | 16 | 51,04 | 403 |

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 |
| 1 033 | Свекольник со сметаной* | 150 | 1,73 | 2 | 14,19 | 82 |
| 1 063 | Тефтели рыбные* | 60 | 7,59 | 4 | 7,89 | 93,9 |
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 540 | 15,88 | 14 | 74,65 | 503,5 |

Полдник

| | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 972 | Омлет натуральный* | 60 | 4,91 | 6 | 1,99 | 80,2 |
| 828 | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 230 | 6,74 | 6 | 22,56 | 177,1 |
| Итого за день | | 1 210 | 33,36 | 36 | 156,65 | 1 174 |

Согласовано:

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



14.12.2022 (среда)

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | <u>Завтрак</u> | | | | | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|----------------|--------------|-----------|--------------|------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ДЛ г | |
| 302 | Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным | 200 | 8,47 | 8 | 43,93 | | 306 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | | 57,5 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 13,49 | 11 | 76,22 | | 487,6 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 75 | | | 8,4 | | 33,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | | 33,8 |

| № рецептуры | Наименование блюда | <u>Обед</u> | | | | | ЭЦ ккал |
|------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|------|----------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ДЛ г | |
| 520 | Икра овощная свекольная | 30 | 0,41 | 2 | 2,77 | | 33,3 |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст) | 200 | 1,94 | 2 | 13,74 | | 80,9 |
| 1 054 | Котлета Детская мясная | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 | | 170,4 |
| 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 | | 24,74 | | 104,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,67 | 1 | 10,89 | | 68,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | | 38,9 |
| Итого за Обед | | 670 | 20,95 | 19 | 104,17 | | 690,5 |
| <u>Обедик</u> | | | | | | | |
| 1 073 | Пудинг творожно-манный | 60 | 7,83 | 5 | 8,72 | | 113,5 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | | 13,5 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 180 | 5,22 | 6 | 8,46 | | 108 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,33 | | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | | 24,6 |
| Итого за Обедик | | 285 | 15,43 | 12 | 31,98 | | 300,7 |
| Итого за день | | 1 445 | 49,87 | 42 | 220,77 | | 1 512,6 |

| № рецептуры | Наименование блюда | <u>Завтрак</u> | | | | | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|----------------|-------------|----------|--------------|------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ДЛ г | |
| 302 | Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным | 160 | 6,78 | 6 | 35,15 | | 244,8 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | | 47,9 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 11,8 | 9 | 65,05 | | 416,8 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 75 | | | 8,4 | | 33,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | | 33,8 |

Согласовано:

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



14.12.2022 (среда)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | <u>Завтрак</u> | | | | | ЭЦ ккал |
|------------------------|--|----------------|--------------|-----------|---------------|------|----------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ДЛ г | |
| 520 | Икра овощная свекольная | 20 | 0,27 | 2 | 1,85 | | 22,2 |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст) | 150 | 1,45 | 2 | 10,31 | | 60,7 |
| 1 054 | Котлета Детская мясная | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | | 146,1 |
| 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 | | 20,62 | | 86,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | | 25,9 |
| Итого за Обед | | 540 | 17,23 | 17 | 84,6 | | 562,5 |
| <u>Обедик</u> | | | | | | | |
| 1 073 | Пудинг творожно-манный | 50 | 6,52 | 4 | 7,27 | | 94,6 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | | 13,5 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | | 90 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 4,35 | | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | | 24,6 |
| Итого за Обедик | | 240 | 12,72 | 9 | 26,94 | | 250,1 |
| Итого за день | | 1 200 | 41,75 | 35 | 184,99 | | 1 263,2 |

| № рецептуры | Наименование блюда | <u>Завтрак</u> | | | | | ЭЦ ккал |
|------------------------|--|----------------|--------------|-----------|---------------|------|----------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ДЛ г | |
| 520 | Икра овощная свекольная | 20 | 0,27 | 2 | 1,85 | | 22,2 |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст) | 150 | 1,45 | 2 | 10,31 | | 60,7 |
| 1 054 | Котлета Детская мясная | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | | 146,1 |
| 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 | | 20,62 | | 86,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | | 25,9 |
| Итого за Обед | | 540 | 17,23 | 17 | 84,6 | | 562,5 |
| <u>Обедик</u> | | | | | | | |
| 1 073 | Пудинг творожно-манный | 50 | 6,52 | 4 | 7,27 | | 94,6 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | | 13,5 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | | 90 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 4,35 | | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | | 24,6 |
| Итого за Обедик | | 240 | 12,72 | 9 | 26,94 | | 250,1 |
| Итого за день | | 1 200 | 41,75 | 35 | 184,99 | | 1 263,2 |

| № рецептуры | Наименование блюда | <u>Завтрак</u> | | | | | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|----------------|-------------|----------|--------------|------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ДЛ г | |
| 302 | Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным | 160 | 6,78 | 6 | 35,15 | | 244,8 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | | 47,9 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 11,8 | 9 | 65,05 | | 416,8 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 75 | | | 8,4 | | 33,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | | 33,8 |

Согласовано:

Утверждено директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



15.12.2022 (четверг)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | ЭЦ ккал |
|-------------------------|------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 425 | 12,91 | 18 | 58,49 | 457,6 |

| 707 Сок натуральный | | Завтрак 2 | | | | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|-----------|---------|--------|-------------|-------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | 33,8 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Обед | | | | ЭЦ ккал |
|----------------------|-------------------------------|------------|--------------|-----------|-------------|------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| 999 | Капуста тушеная. | 30 | 0,72 | 1 | 2,85 | 25,6 |
| 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 | 70 | 14,17 | 8 | 8,57 | 164,8 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 032 | Каша гречневая вязкая* | 150 | 4,03 | 4 | 20,8 | 142,8 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,29 | | 16,61 | 69,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 700 | 30,21 | 17 | 90,5 | 665 |

| 892 Омлет с картофелем | | Ланч | | | | ЭЦ ккал |
|------------------------|--|--------------|-------------|-----------|---------------|----------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| Итого за Ланч | | 280 | 7,78 | 11 | 41,18 | 298,2 |
| Итого за день | | 1 480 | 50,9 | 46 | 198,57 | 1 454,6 |

Согласовано:

Утверждено директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



15.12.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | ЭЦ ккал |
|-------------------------|------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 355 | 10,74 | 14 | 48,16 | 373,2 |

| 707 Сок натуральный | | Завтрак 2 | | | | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|-----------|---------|--------|-------------|-------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | 33,8 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Обед | | | | ЭЦ ккал |
|----------------------|-------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| 999 | Капуста тушеная. | 30 | 0,72 | 1 | 2,85 | 25,6 |
| 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 | 60 | 12,14 | 7 | 7,35 | 141,3 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 032 | Каша гречневая вязкая* | 120 | 3,23 | 3 | 16,64 | 114,3 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 0,24 | | 13,84 | 58,2 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 565 | 24,24 | 15 | 70,17 | 528,8 |

| 892 Омлет с картофелем | | Ланч | | | | ЭЦ ккал |
|------------------------|--|--------------|-------------|-----------|--------------|----------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |
| Итого за Ланч | | 60 | 4,08 | 8 | 4,71 | 109,5 |
| Итого за день | | 1 225 | 41 | 37 | 159,1 | 1 173,2 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



16.12.2022 (пятница)

Утверждено Директор

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭП ккал |
|---------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ды г | | |
| 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 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 | |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Завтрак | | 415 | 15,92 | 14 | 73,18 | 490,4 | |
| Завтрак 2 | | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 75 | | | 8,4 | 33,8 | |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | 33,8 | |

| | | Обед | | | | | |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|--|
| 814 | Икра овощная морковная | 30 | 0,28 | 2 | 1,83 | 23,9 | |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200 | 1,91 | 5 | 9,37 | 95 | |
| 1 069 | Суфле из рыбы* | 70 | 10,89 | 3 | 5,23 | 103,3 | |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 | |
| 990 | Рис припущенный с овощами | 130 | 3,12 | 6 | 29,09 | 181,8 | |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | | 24,74 | 104,1 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,67 | 1 | 10,89 | 68,5 | |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | |
| Итого за Обед | | 675 | 21,18 | 19 | 91,15 | 638,8 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 920 | Молоко кипяченое* | 180 | 5,22 | 6 | 8,46 | 108 | |
| 1 190 | Ватрушка с творогом* | 60 | 5,7 | 6 | 18,49 | 149,7 | |
| Итого за Полдник | | 240 | 10,92 | 12 | 26,95 | 257,7 | |
| Итого за день | | 1 405 | 48,02 | 45 | 199,68 | 1 420,7 | |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



16.12.2022 (пятница)

Утверждено Директор

Красноуфимск Я 1-3 з 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭП ккал |
|---------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ды г | | |
| 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 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 | |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Завтрак | | 365 | 14,05 | 12 | 62,91 | 424,5 | |
| Завтрак 2 | | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 75 | | | 8,4 | 33,8 | |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | 33,8 | |

| | | Обед | | | | | |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|--|
| 814 | Икра овощная морковная | 20 | 0,19 | 1 | 1,22 | 15,9 | |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 150 | 1,43 | 4 | 7,03 | 71,3 | |
| 1 069 | Суфле из рыбы* | 60 | 9,33 | 2 | 4,49 | 88,6 | |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 | |
| 990 | Рис припущенный с овощами | 110 | 2,64 | 5 | 24,61 | 153,9 | |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,35 | | 20,62 | 86,7 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 | |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 | |
| Итого за Обед | | 545 | 17,55 | 14 | 74,56 | 520,5 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 920 | Молоко кипяченое* | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 | |
| 1 190 | Ватрушка с творогом* | 50 | 4,75 | 5 | 15,41 | 124,7 | |
| Итого за Полдник | | 200 | 9,1 | 10 | 22,46 | 214,7 | |
| Итого за день | | 1 185 | 40,7 | 36 | 168,33 | 1 192,5 | |

Согласовано:

Утверждено директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



19.12.2022 (понедельник)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|---------------------------|---|------------|-------------|----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 1 013 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 200 | 6,01 | 7 | 20,24 | 182,7 |
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 35 | 1,87 | 1 | 12,76 | 98,9 |
| 828 | Чай с сахаром* | 180 | | | 13,47 | 53,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 425 | 8,73 | 8 | 50,72 | 361,4 |
| 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 |
| 1 016 | 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 | 70 | 14,17 | 8 | 8,57 | 164,8 |
| 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 | | 18,45 | 77,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 690 | 28,32 | 20 | 103,24 | 719,4 |
| Обедик | | | | | | |
| 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 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Подлник | | 310 | 17,83 | 15 | 36,36 | 352,5 |
| Итого за день | | 1 500 | 54,88 | 43 | 198,72 | 1 467,1 |

Согласовано:

Утверждено директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



19.12.2022 (понедельник)

Красноуфимск Я 1-3 с 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | |
|---------------------------|---|------------|-------------|----------|--------------|--------------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
| 1 013 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | 4,51 | 6 | 15,18 | 137 |
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 35 | 1,87 | 1 | 12,76 | 98,9 |
| 828 | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 7,23 | 7 | 43,42 | 306,7 |
| 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 |
| 1 016 | 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 | 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 | 110 | 4,34 | 4 | 26,37 | 155,5 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 0,24 | | 13,84 | 58,2 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 535 | 22,83 | 17 | 78,84 | 563,6 |
| Обедик | | | | | | |
| 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 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Подлник | | 270 | 15,9 | 13 | 30,59 | 307,1 |
| Итого за день | | 1 225 | 45,96 | 37 | 161,25 | 1 211,2 |

Согласовано:

Утверждено директор

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



20.12.2022 (вторник)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭП 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Завтрак | | 415 | 10,2 | 12 | 84,91 | 432,1 | |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-----------------------------|------------|-------------|-----------|--------------|------------|
| 814 | Икра овощная морковная | 30 | 0,28 | 2 | 1,83 | 23,9 |
| 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 | Биточек мясной рубленый | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 | 170,4 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 000 | Каша перловая расыпчатая | 130 | 4,06 | 5 | 29,01 | 173,2 |
| 1 318 | Кисель витаминизированный | 200 | 0,05 | | 3,5 | 72 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 725 | 23,3 | 21 | 91,06 | 719 |

Полдник

| | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 028,04 | Котлета рыбная Солнышко | 70 | 10,74 | 7 | 8,27 | 138,5 |
| 686 | Чай с лимоном* | 180 | 0,05 | | 13,65 | 53,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 280 | 13,68 | 8 | 35,62 | 271,8 |
| Итого за день | | 1 495 | 47,18 | 41 | 219,99 | 1 456,7 |

Согласовано:

Утверждено директор

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



20.12.2022 (вторник)

Красноуфимск Я 1-3 з 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭП 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Завтрак | | 345 | 8,64 | 11 | 71,33 | 371,6 | |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-----------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| 814 | Икра овощная морковная | 20 | 0,19 | 1 | 1,22 | 15,9 |
| 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 | Биточек мясной рубленый | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | 146,1 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 000 | Каша перловая расыпчатая | 110 | 3,44 | 4 | 24,55 | 146,6 |
| 654 | Кисель из плодов шиповника | 150 | 0,15 | | 28,05 | 112,3 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 575 | 19,55 | 18 | 99,85 | 647 |

Полдник

| | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 028,04 | Котлета рыбная Солнышко | 50 | 7,67 | 5 | 5,9 | 98,9 |
| 686 | Чай с лимоном* | 150 | 0,04 | | 11,37 | 44,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 225 | 10,07 | 6 | 28,79 | 209,5 |
| Итого за день | | 1 220 | 38,26 | 35 | 208,37 | 1 261,9 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



21.12.2022 (среда)

Утверждаю Директор

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

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

| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 853 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 200 | 7,51 | 7 | 41,1 | 263,3 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | 57,5 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 12,53 | 10 | 73,39 | 444,9 |

| <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> | | | | | | |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 605 | 24,17 | 29 | 93,43 | 751 |

| <u>Полдник</u> | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|-------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 297 | Запеканка рисовая с творогом | 70 | 7,68 | 6 | 10,68 | 123,3 |
| 626 | Соус из кураги | 20 | 0,11 | | 3,72 | 15,5 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 265 | 14,5 | 12 | 32,97 | 296,5 |
| Итого за день | | 1 385 | 51,6 | 51 | 209,59 | 1 539,4 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



21.12.2022 (среда)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

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

| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|----------|--------------|--------------|
| 853 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 160 | 6,01 | 6 | 32,88 | 210,6 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | 47,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 11,03 | 9 | 62,78 | 382,6 |

| <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> | | | | | | |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 050 | 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 485 | 19,32 | 26 | 72,87 | 602,5 |

| <u>Полдник</u> | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 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 | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 250 | 12,88 | 10 | 29,27 | 264,9 |
| Итого за день | | 1 180 | 43,63 | 45 | 174,72 | 1 297 |

Согласовано:

Утверждено Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



22.12.2022 (четверг)

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

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

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 10,28 | 13 | 63,83 | 421,7 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 520 | Икра овощная свекольная | 30 | 0,41 | 2 | 2,77 | 33,3 |
| 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 | | 21,49 | 89,2 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 660 | 24,38 | 18 | 82,69 | 602,9 |

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 | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 275 | 7,12 | 11 | 30,48 | 247,3 |
| Итого за день | | 1 425 | 41,78 | 42 | 185,4 | 1 305,7 |

Согласовано:

Утверждено Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



22.12.2022 (четверг)

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

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

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 8,82 | 12 | 54,45 | 364,9 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| 520 | Икра овощная свекольная | 20 | 0,27 | 2 | 1,85 | 22,2 |
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 525 | 19,7 | 13 | 64,48 | 472,9 |

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 | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 230 | 5,91 | 8 | 25,28 | 206,4 |
| Итого за день | | 1 175 | 34,43 | 33 | 152,61 | 1 078 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



23.12.2022 (подпись)

Утверждаю Директор

Красноуфимск ДС-3-7 л 177 р

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

| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|----------|--------------|--------------|
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 200 | 5,42 | 6 | 33,83 | 158,5 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 828 | Чай с сахаром* | 180 | | | 13,47 | 53,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 10,44 | 9 | 65,22 | 336,5 |

Завтрак 2

| | | | | | | |
|---------------------------|-----------------|-----------|--|--|------------|-------------|
| 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 |
| 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 | Пиоре картофельное | 150 | 4,08 | 6 | 24,96 | 187,4 |
| 654 | Кисель из плодов шиповника | 180 | 0,18 | | 33,66 | 134,8 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,67 | 1 | 10,89 | 68,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 675 | 22,71 | 17 | 111,08 | 713,3 |

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 | | 1 415 | 44,99 | 35 | 234,57 | 1 399 |

(Handwritten signature)

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



23.12.2022 (подпись)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

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

| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|-------------|----------|--------------|--------------|
| 174 | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 160 | 4,34 | 5 | 27,07 | 126,8 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 828 | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 9,36 | 8 | 56,22 | 295,8 |

Завтрак 2

| | | | | | | |
|---------------------------|-----------------|-----------|--|--|------------|-------------|
| 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 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 5 | 0,63 | | 3,86 | 18,8 |
| 1 063 | Тефтели рыбные* | 60 | 7,59 | 4 | 7,89 | 93,9 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 995 | Пиоре картофельное | 130 | 3,53 | 5 | 21,63 | 162,5 |
| 654 | Кисель из плодов шиповника | 150 | 0,15 | | 28,05 | 112,3 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 540 | 17,34 | 14 | 84,51 | 550,1 |

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 | | 1 170 | 36,73 | 30 | 191,67 | 1 147,4 |

(Handwritten signature)

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



26.12.2022 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДСЗ-7 п 177 р

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

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 111 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 200 | 4,2 | 8 | 26,2 | 240 |
| 854 | Чай с молоком | 180 | 1,23 | 1 | 15,46 | 79,2 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 10,45 | 12 | 59,58 | 443,3 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| 1 175 | Рассольник домашний со сметаной | 200 | 1,59 | 4 | 10,55 | 83,3 |
| 827 | Бигочек мясной рубленый | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 | 170,4 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,92 | 5 | 35,96 | 212 |
| 1 318 | Кисель витаминизированный | 200 | 0,05 | | 3,5 | 72 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 690 | 23,45 | 21 | 83,55 | 683 |

Ланч

| | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| 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 | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Ланч | | 300 | 10,68 | 7 | 41,57 | 274,1 |
| Итого за день | | 1 505 | 44,98 | 40 | 194,5 | 1 447,4 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



26.12.2022 (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 | |

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 111 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 3,36 | 7 | 20,96 | 192 |
| 854 | Чай с молоком | 150 | 1,02 | 1 | 12,89 | 66 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 9,4 | 11 | 51,77 | 382,1 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
| 1 175 | Рассольник домашний со сметаной | 150 | 1,19 | 3 | 7,91 | 62,5 |
| 827 | Бигочек мясной рубленый | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | 146,1 |
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 525 | 18,52 | 17 | 87,8 | 581,4 |

Ланч

| | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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 | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Ланч | | 245 | 7,96 | 5 | 34,1 | 215,6 |
| Итого за день | | 1 215 | 36,28 | 33 | 183,47 | 1 226,1 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



27.12.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Краснофимск ДСЗ-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 846 | Каша овсяная Геркулес вязкая молочноя 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Завтрак | | 415 | 11,91 | 18 | 56,05 | 441,9 | |
| 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 | 30 | 0,57 | 3 | 2,31 | 35,7 | |
| 1 033 | Свекольник со сметаной* | 200 | 2,3 | 3 | 18,92 | 109,3 | |
| 1 063 | Тфтели рыбные* | 70 | 8,86 | 4 | 9,2 | 109,5 | |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 | |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 4,08 | 6 | 24,96 | 187,4 | |
| 699 | Напиток лимонный | 180 | 0,13 | | 21,99 | 91,1 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 | |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 | |
| Итого за Обед | | 705 | 21,47 | 19 | 102,57 | 690,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 972 | Омлет натуральный* | 70 | 5,73 | 7 | 2,32 | 93,6 | |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 | |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 | |
| Итого за Полдник | | 300 | 8,62 | 8 | 30,99 | 232,9 | |
| Итого за день | | 1 495 | 42 | 45 | 198,01 | 1 399 | |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



27.12.2022 (вторник)

Утверждаю директор

Краснофимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак | | | | | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | | |
| 846 | Каша овсяная Геркулес вязкая молочноя 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 | |
| Итого за Завтрак | | 365 | 10,74 | 16 | 51,04 | 403 | |
| 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 | |
| 1 033 | Свекольник со сметаной* | 150 | 1,73 | 2 | 14,19 | 82 | |
| 1 063 | Тфтели рыбные* | 60 | 7,59 | 4 | 7,89 | 93,9 | |
| 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 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 | |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 | |
| Итого за Обед | | 540 | 15,88 | 14 | 74,65 | 503,5 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 972 | Омлет натуральный* | 60 | 4,91 | 6 | 1,99 | 80,2 | |
| 828 | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 | |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 | |
| Итого за Полдник | | 230 | 6,74 | 6 | 22,56 | 177,1 | |
| Итого за день | | 1 210 | 33,36 | 36 | 156,65 | 1 117,4 | |

| | | Полдник | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|-------------|-----------|---------------|--------------|--|
| 972 | Омлет натуральный* | 70 | 5,73 | 7 | 2,32 | 93,6 | |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 | |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 | |
| Итого за Полдник | | 300 | 8,62 | 8 | 30,99 | 232,9 | |
| Итого за день | | 1 495 | 42 | 45 | 198,01 | 1 399 | |

| | | Полдник | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|--|
| 972 | Омлет натуральный* | 60 | 4,91 | 6 | 1,99 | 80,2 | |
| 828 | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 | |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 | |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 | |
| Итого за Полдник | | 230 | 6,74 | 6 | 22,56 | 177,1 | |
| Итого за день | | 1 210 | 33,36 | 36 | 156,65 | 1 117,4 | |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



28.12.2022 (средн)

Красноуфимск ДСЗ-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 | 8,47 | 8 | 43,93 | 306 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | 57,5 |
| 810 | Бульброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 13,49 | 11 | 76,22 | 487,6 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак 2 | | | | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|-----------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |

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

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

| | | | | | | |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 520 | Икра овощная свекольная | 30 | 0,41 | 2 | 2,77 | 33,3 |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст) | 200 | 1,94 | 2 | 13,74 | 80,9 |
| 1 054 | Котлета Детская мясная | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 | 170,4 |
| 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 | | 24,74 | 104,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,67 | 1 | 10,89 | 68,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 670 | 20,95 | 19 | 104,17 | 690,5 |

Подпись

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



28.12.2022 (средн)

Красноуфимск Я 1-3 з 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 | 6,78 | 6 | 35,15 | 244,8 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | 47,9 |
| 810 | Бульброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 11,8 | 9 | 65,05 | 416,8 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Завтрак 2 | | | | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|-----------|---------|--------|-------------|---------|
| | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | |

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

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

| | | | | | | |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|-------------|--------------|
| 520 | Икра овощная свекольная | 20 | 0,27 | 2 | 1,85 | 22,2 |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст) | 150 | 1,45 | 2 | 10,31 | 60,7 |
| 1 054 | Котлета Детская мясная | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | 146,1 |
| 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 | | 20,62 | 86,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 540 | 17,23 | 17 | 84,6 | 562,5 |

Подпись

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



29.12.2022 (четверг)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДСЗ-7 л 177 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭП 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 425 | 12,91 | 18 | 58,49 | 457,6 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 999 | Капуста тушеная. | 30 | 0,72 | 1 | 2,85 | 25,6 |
| 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 | Тефтели из мяса птицы с рисом | 70 | 14,17 | 8 | 8,57 | 164,8 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 032 | Каша гречневая вязкая* | 150 | 4,03 | 4 | 20,8 | 142,8 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,29 | | 16,61 | 69,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 700 | 30,21 | 17 | 90,5 | 665 |

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 | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Ланч | | 280 | 7,78 | 11 | 41,18 | 298,2 |
| Итого за день | | 1 480 | 50,9 | 46 | 198,57 | 1 454,6 |

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



29.12.2022 (четверг)

Утверждаю директор

Красноуфимск Я 1-3 г 157 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭП 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 | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 355 | 10,74 | 14 | 48,16 | 373,2 |

Завтрак 2

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

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 999 | Капуста тушеная. | 30 | 0,72 | 1 | 2,85 | 25,6 |
| 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 | Тефтели из мяса птицы с рисом | 60 | 12,14 | 7 | 7,35 | 141,3 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 032 | Каша гречневая вязкая* | 120 | 3,23 | 3 | 16,64 | 114,3 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 0,24 | | 13,84 | 58,2 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 565 | 24,24 | 15 | 70,17 | 528,8 |

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 | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Ланч | | 230 | 6,02 | 8 | 32,37 | 237,4 |
| Итого за день | | 1 225 | 41 | 37 | 159,1 | 1 173,2 |

Согласовано:

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



30.12.2022 (взятница)

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 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 15,92 | 14 | 73,18 | 490,4 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 75 | | | 8,4 | 33,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | 33,8 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 814 | Икра овощная морковная | 30 | 0,28 | 2 | 1,83 | 23,9 |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200 | 1,91 | 5 | 9,37 | 95 |
| 1 069 | Суфле из рыбы* | 70 | 10,89 | 3 | 5,23 | 103,3 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 |
| 990 | Рис припущенный с овощами | 130 | 3,12 | 6 | 29,09 | 181,8 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | | 24,74 | 104,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,67 | 1 | 10,89 | 68,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 675 | 21,18 | 19 | 91,15 | 638,8 |
| Полдник | | | | | | |
| 920 | Молоко кипяченое* | 180 | 5,22 | 6 | 8,46 | 108 |
| 1 190 | Ватрушка с творогом* | 60 | 5,7 | 6 | 18,49 | 149,7 |
| Итого за Полдник | | 240 | 10,92 | 12 | 26,95 | 257,7 |
| Итого за день | | 1 405 | 48,02 | 45 | 199,68 | 1 420,7 |

(Handwritten signature)

Согласовано:

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



30.12.2022 (взятница)

Красноуфимск Я 1-3 з 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 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 365 | 14,05 | 12 | 62,91 | 424,5 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 75 | | | 8,4 | 33,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 75 | | | 8,4 | 33,8 |

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 814 | Икра овощная морковная | 20 | 0,19 | 1 | 1,22 | 15,9 |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 150 | 1,43 | 4 | 7,03 | 71,3 |
| 1 069 | Суфле из рыбы* | 60 | 9,33 | 2 | 4,49 | 88,6 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 |
| 990 | Рис припущенный с овощами | 110 | 2,64 | 5 | 24,61 | 153,9 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,35 | | 20,62 | 86,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 545 | 17,55 | 14 | 74,56 | 520,5 |
| Полдник | | | | | | |
| 920 | Молоко кипяченое* | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 |
| 1 190 | Ватрушка с творогом* | 50 | 4,75 | 5 | 15,41 | 124,7 |
| Итого за Полдник | | 200 | 9,1 | 10 | 22,46 | 214,7 |
| Итого за день | | 1 185 | 40,7 | 36 | 168,33 | 1 193,5 |

(Handwritten signature)