

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



09.10.2023 (понедельник)

Утверждаю Директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 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	200	6,01	7	20,24	182,7
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,87	1	12,76	98,9
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		425	8,73	8	51,62	365

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед						
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	70	15,52	3	7,58	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	205,7
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		690	29,3	14	111,09	784,1

Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9
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	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		310	18,77	14	37,67	380,8
Итого за день		1 525	56,8	36	211,58	1 577,4

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
С.Ю. Козырева



09.10.2023 (понедельник)

Утверждаю Директор

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 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
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	7,23	7	44,17	309,7

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед						
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	60	13,3	3	6,5	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	161,6
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		535	23,77	12	84,46	612,7

Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9
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	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		270	17,09	13	31,38	338,6
Итого за день		1 250	48,09	32	171,21	1 308,5

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



10.10.2023 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ДБЛ 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	100			11,2	47,5	
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5	
Обед							
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	3	2,96	38,8	
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	0,12	1	1,16	11,1	
1 032	Каша гречневая вязкая *	120	3,23	3	16,64	136,8	
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5	
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6	
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9	
Итого за Обед		725	21,92	19	101,27	708,2	
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	20	1,62		9,76	48,4	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Полдник		280	13,29	7	40,51	284,6	
Итого за день		1 520	45,41	38	237,89	1 472,4	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



10.10.2023 (вторник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ДБЛ 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	100			11,2	47,5	
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5	
Обед							
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1	
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	0,12	1	1,16	11,1	
1 032	Каша гречневая вязкая *	110	2,96	3	15,25	125,4	
654	Кисель из плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3	
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9	
Итого за Обед		585	18,75	17	92,97	632,4	
Полдник							
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	1,22		7,32	36,3	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Полдник		225	9,81	5	32,67	221	
Итого за день		1 255	37,2	33	208,17	1 272,5	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева



11.10.2023 (среда)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

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

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	200	7,48	5	27,11	187,9
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	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	12,5	8	59,41	369,5

		Завтрак 2					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	ЭЦ ккал
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47	
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47	

		Обед					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	ЭЦ ккал
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5	
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6	
444,01	Плов со свиной	150	9,35	18	35,38	338,1	
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1	
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6	
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9	
Итого за Обед		605	15,33	22	94,38	671,8	

		Полдник					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	ЭЦ ккал
1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7	
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	15	1,22		7,32	36,3	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Полдник		255	19,27	15	37,56	366,6	
Итого за день		1 375	47,5	45	201,15	1 454,9	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева



11.10.2023 (среда)

Утверждаю директор

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

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

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,98	4	21,69	150,3
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	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	7	51,6	322,3

		Завтрак 2					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	ЭЦ ккал
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47	
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47	

		Обед					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	ЭЦ ккал
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7	
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6	
444,01	Плов со свиной	130	8,11	15	30,67	293,1	
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9	
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Обед		485	11,95	19	75,12	535,5	

		Полдник					
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	ЭЦ ккал
1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7	
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	10	0,81		4,88	24,2	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Полдник		250	18,86	15	35,12	354,5	
Итого за день		1 180	42,21	41	169,64	1 259,3	

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



12.10.2023 (четверг)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	
1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2		240
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34		94,4
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07		171
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25		25,9
Итого за Завтрак		415	10,09	16	58,86		531,3
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2		47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2		47,5

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83		23,9
1018	Суп с крупной пшенной "Волна" со	200	3,28	6	14,74		123
437,01	Гуляш из мяса свинины	70	9,35	17	2,72		192,5
1032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03		148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49		89,2
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64		72,6
1147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5		51,8
Итого за Обед		660	20,68	30	81,95		701,2
Полдник							
972	Омлет натуральный*	70	7,04	9	1,29		112,1
1188	Чай с сахаром	180			14,37		57,5
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32		36,3
1147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25		25,9
Итого за Полдник		275	9,11	9	27,23		231,8
Итого за день		1450	39,88	55	179,24		1511,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	
1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96		192
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34		94,4
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06		142,5
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25		25,9
Итого за Завтрак		345	8,67	15	50,61		454,8
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2		47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2		47,5

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева



12.10.2023 (четверг)

Утверждаю директор

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	
1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96		192
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34		94,4
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06		142,5
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25		25,9
Итого за Завтрак		345	8,67	15	50,61		454,8
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2		47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2		47,5

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83		23,9
1018	Суп с крупной пшенной "Волна" со	150	2,46	4	11,06		92,2
437,01	Гуляш из мяса свинины	60	8,01	15	2,33		165
1032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25		125,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91		74,3
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76		48,4
1147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38		38,9
Итого за Обед		535	16,73	24	64,52		568,1
Полдник							
972	Омлет натуральный*	60	6,03	7	1,11		96,1
1188	Чай с сахаром	150			11,98		47,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88		24,2
1147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25		25,9
Итого за Полдник		230	7,69	7	22,22		194,1
Итого за день		1210	33,09	46	148,55		1264,5

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДЛ г	
1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96		192
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34		94,4
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06		142,5
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25		25,9
Итого за Завтрак		345	8,67	15	50,61		454,8
Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100			11,2		47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2		47,5

Согласовано:

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



13.10.2023 (подпись)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	176	
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2	
1188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Завтрак		415	10,44	9	66,13	357,6	

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак 2					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5	
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5	

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
835	Помидоры порционно	20	0,22		2,75	24,8	
124	Пи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3	
943	Ренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	
1063	Тфтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5	
1126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7	
654	Кисель из плодов шиповника	180	0,18		33,66	134,8	
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5	
1147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8	
Итого за Обед		695	19,35	16	105,45	664,5	

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108	
738,1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой	50	1,96	3	13,37	98,7	
Итого за Полдник		230	7,18	9	21,83	206,7	
Итого за день		1440	36,97	34	204,61	1276,3	

Согласовано:

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



13.10.2023 (подпись)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	160	4,34	5	27,07	140,8	
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2	
1188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9	
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Завтрак		345	9,36	8	56,98	312,8	

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак 2					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5	
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5	

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
835	Помидоры порционно	20	0,22		2,75	24,8	
124	Пи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,24	4	6,06	63,2	
943	Ренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20	
1063	Тфтели рыбные.	60	7,59	4	7,89	93,9	
1126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14	128	
654	Кисель из плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3	
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	
1147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9	
Итого за Обед		560	14,89	13	80,52	515,5	

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник					ЭЦ квал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ДМ г	
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90	
738,1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой	50	1,96	3	13,37	98,7	
Итого за Полдник		200	6,31	8	20,42	188,7	
Итого за день		1205	30,56	29	169,12	1064,5	