

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



09.09.2024 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск ДОУ 5-7 л 195 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	200	6,01	7	25,23	296,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 142	Повидло	10	0,01		1,64	6,8
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
Итого за Завтрак		415	8,15	8	53,37	329,3

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	Тренки 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	6,04	3	36,13	198,6
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		655	29,15	12	103,08	735

Полдник

1 190	Ватрушка с творогом	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		250	10,55	11	24,81	244,7
Итого за день		1 420	47,85	31	192,46	1 386,5

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



09.09.2024 (понедельник)

Утверждаю директор

Красноуфимск Яс 1-3 з 173 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	170	5,11	6	21,44	170,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 142	Повидло	10	0,01		1,64	6,8
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
Итого за Завтрак		355	7,25	7	47,19	289,7

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	Тренки 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	4,75	2	28,39	156
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		525	23,85	10	81,17	587,6

Полдник

1 190	Ватрушка с творогом	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	9,1	10	22,46	214,7
Итого за день		1 180	40,2	27	162,02	1 139,5

Согласовано:

ООО "Комбинат эсцестественного питания"  
О.Ю. Козырева



10.09.2024 (вторник)

Утверждено директором

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,59	6	28,52	185,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
Итого за Завтрак		410	6,17	14	54,9	367,4
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	Углевод-ды г	
835	Помидоры порционнно	30	0,33		4,13	37,1
1 113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
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	180	0,05		20,7	83,3
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		670	22,64	18	90,27	675,3
Полдник						
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Полдник		250	3,44	4	51,09	252,4
Итого за день		1 430	32,25	36	207,46	1 342,6

Согласовано:

ООО "Комбинат эсцестественного питания"  
О.Ю. Козырева



10.09.2024 (вторник)

Утверждено директором

### Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,08	5	25,33	164,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
Итого за Завтрак		365	5,4	12	48,39	320,7
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	Углевод-ды г	
835	Помидоры порционнно	30	0,33		4,13	37,1
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,6	2	12,45	72,9
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
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	15,23	125,4
397	Кисель из сухофруктов	150	0,21		27,96	113,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		585	20,11	17	89,87	641,8
Полдник						
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
Итого за Полдник		200	3,42	4	46,03	232,5
Итого за день		1 250	28,93	33	195,49	1 242,5



Согласовано:

Утверждаю Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



11.09.2024 (среда)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭП квал
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-Дж.г	
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,73	5	24,4	169,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
Итого за Завтрак		410	12,28	10	51,87	345,9
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭП квал
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-Дж.г	
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	**Плов со свиной	150	9,57	18	35,19	352,3
925	Напиток апельсиновый или	200	0,15		19,72	80,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		600	18,28	27	88,2	683

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				ЭП квал
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-Дж.г	
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
902	Молоко стуженное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
897	Хлеб пшеничный	10	1,67		4,35	27,4
Итого за Полдник		260	13,03	9	43,14	309,7
Итого за день		1 370	43,99	46	193,01	1 411,9

Согласовано:

Утверждаю Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



11.09.2024 (среда)

### Красноуфимск Яс 1-3 з 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭП квал
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-Дж.г	
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,98	4	21,69	150,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
Итого за Завтрак		365	10,7	8	45,72	303,4
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед				ЭП квал
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-Дж.г	
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	150	2,27	4	10,41	88,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 018	**Плов со свиной	130	8,29	15	30,5	303,3
925	Напиток апельсиновый или	150	0,11		14,79	69,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		465	14,81	21	68,69	546,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник				ЭП квал
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-Дж.г	
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
902	Молоко стуженное	10	0,79	1	5,44	32,1
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		4,35	27,4
Итого за Полдник		220	12,24	8	35,31	268
Итого за день		1 150	38,15	37	159,52	1 191,5

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



12.09.2024 (четверг)

Утверждено директор

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептурды	Наименование блюда	Завтрак				ЭД (квал)
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	3,78	8	23,58	216
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,84	9	12,15	138,3
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,97	171
Итого за Завтрак		395	9,1	20	53,8	525,3

#### Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		12,81	60,3

#### Обед

813	Икра кабанчиковая пром. производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1050	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,74	2	12,37	96,8
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1021	**Рату из мяса птицы	170	19,68	18	19,79	279,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		600	26,6	24	71,04	600,5

#### Полдник

770	Булочка дорожная.	50	3,68	9	28,79	157,4
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		250	9,48	15	38,19	277,4
Итого за день		1345	45,52	59	175,84	1463,5

Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева



12.09.2024 (четверг)

Утверждено директор

### Красноуфимск Яс 1-3 з 173 руб

№ рецептурды	Наименование блюда	Завтрак				ЭД (квал)
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	
1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	3,57	7	22,27	204
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06	142,5
Итого за Завтрак		350	8,05	18	47,74	465

#### Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		12,81	60,3

#### Обед

813	Икра кабанчиковая пром. производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1021	**Рату из мяса птицы	150	17,36	16	17,46	246,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		515	23,43	22	60,89	523

#### Полдник

770	Булочка дорожная.	50	3,68	9	28,79	157,4
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	8,03	14	35,84	247,4
Итого за день		1165	39,85	54	157,28	1295,7



Согласовано:

Утверждаю Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



13.09.2024 (подпись)

### Краснофимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭП (ккал)
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-гидраты г	
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	5	30,45	158,4
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
483	Чай с лимоном	200	0,99		20,26	79,8
Итого за завтрак		410	9,16	8	61	326,9
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	16,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,32	5	7,36	109,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 063	Тфтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5
995	Пюре картофельное	130	2,87	5	19,22	134,3
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за обед		650	18,58	16	78,69	580,3
Полдник						
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,18	3	30,97	170,2
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
Итого за Полдник		310	9,1	7	46,43	285,7
Итого за день		1 470	36,84	31	197,52	1 240,4

Согласовано:

Утверждаю Директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



13.09.2024 (подпись)

### Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭП (ккал)
		Выход т	Белки г	Жиры г	Углево-гидраты г	
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	160	4,34	5	27,07	140,8
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
483	Чай с лимоном	180	0,98		18,23	71,8
Итого за завтрак		365	7,91	8	53,87	286,5
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	16,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,52	82,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 063	Тфтели рыбные.	60	7,59	4	7,89	93,9
995	Пюре картофельное	120	2,65	5	17,74	124
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за обед		545	16,11	15	67,76	495,9
Полдник						
516	Макаронные изделия отварные с маслом	100	4,32	2	25,81	141,8
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12,89	66
Итого за Полдник		260	8,03	6	38,7	244,1
Итого за день		1 270	32,05	29	171,53	1 074