

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

16.12.2024 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 280 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	16,6	77,6
302	Каша пшеничная-молочная вязкая с маслом сливочным	190	40,96	37	236,95	341,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
976,03	Фрукт (яблоко)	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		550	45,17	39	291,03	589

Обед

839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	80	0,91	3	7,3	57,1
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	100	18,73	23	9,34	231,4
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		840	29,76	37	117,37	896,6
Итого за день		1 390	74,93	76	408,4	1 485,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

17.12.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 280 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
995	Пюре картофельное	180	3,97	12	44,61	276
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	80	17,73	3	8,66	188,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Завтрак		540	28,54	21	112,6	797,5

Обед

818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	75,5
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	240	3,64	7	16,65	141,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	193
1 126	Соус томатный	10	0,06		0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	9	52,62	289
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		835	34,35	41	127,84	870,4
Итого за день		1 375	62,89	62	240,44	1 667,9

Согласовано:

Утверждаю директор

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

18.12.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 280 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806.13	Маффин ванильный®	40	5,48	6	6,36	99,3
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,38	8	39,61	257
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
Итого за Завтрак		520	15,16	15	82,28	518,3

Обед

25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	80	1,12		5,84	29,7
1 049	Суп-пюре из гороха	240	7,4	2	21,72	130
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
600.01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	6	49,16	255,3
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	41,1
Итого за Обед		860	36,01	28	140,26	824,9
Итого за день		1 380	51,17	43	222,54	1 343,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

19.12.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 280 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 006	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9
1 075	Плов с мясом птицы	230	17,81	10	44,66	337,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,65	64,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
Итого за Завтрак		510	22,86	12	89,18	538,3

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	3,78	6	25,23	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 057	Котлета из мяса кур Школьная	100	1,25	1	0,84	21
600.01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	180	3,97	12	44,61	276
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
Итого за Обед		800	13,99	23	114,62	659,1
Итого за день		1 310	36,85	35	203,8	1 197,4

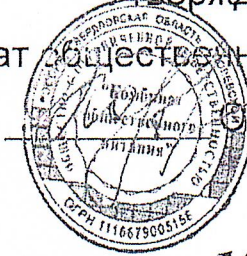
Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



20.12.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 280 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

450,02	Маффин шоколадный ®	40	1,56	12	25	40
437,06	**Гуляш из мяса свинины	80	8,96	23	3,08	192,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	6	49,16	255,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	41,1
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
Итого за Завтрак		530	21,18	42	110,05	631,2

Обед

951	Винегрет овощной с соленым огурцом	70	1,68	5	6,8	79
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	240	1,83	6	8,83	131,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,3
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		815	29,2	23	86,54	739,2
Итого за день		1 345	50,38	65	196,59	1 370,4

