

Согласовано:

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

19.05.2025 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	11,6	77,6
302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	190	13,1	14	40,62	341,1
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
976,03	Фрукт (яблоко)	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		550	17,31	16	84,67	587,1

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	75,5
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	3,66	4	30,01	270,6
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Обед		840	29,82	37	96,73	881,7
Итого за день		1 390	47,13	53	181,4	1 468,8

Согласовано:

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

20.05.2025 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 141	Печенье детское (конд изд)110	40	5,94	8	41,8	325,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	80	17,73	3	8,66	188,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		540	35,28	17	128,28	939,7

Обед

839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	80	0,91	3	7,3	57,1
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	9,07	12	47,81	289
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Обед		835	33,87	43	122,4	854
Итого за день		1 375	69,15	60	250,68	1 793,7

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



21.05.2025 (среда)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

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

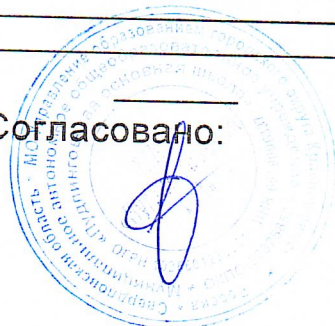
Завтрак

806,13	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	103
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	11,38	13	39,61	257
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		520	20,13	18	77,18	505,1

Обед

25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатый луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	80	1,12		5,84	29,7
1 049	Суп-пюре из гороха	240	7,4	3	21,68	136
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	4	46,45	255,3
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		38	92,5
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
Итого за Обед		860	36,01	27	151,01	833,9
Итого за день		1 380	56,14	45	228,19	1 339

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева





22.05.2025 (четверг)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

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

Завтрак

1 006	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9
1 075	Плов с мясом птицы	230	17,81	22	53,86	452,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
Итого за Завтрак		510	22,84	24	90,83	654,3

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	19,77	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	90	1,13	1	0,76	18,9
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	180	3,97	10	32,61	252
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
Итого за Обед		800	13,57	23	100,42	663,3
Итого за день		1 310	36,41	47	191,25	1 317,6

Согласовано:



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



23.05.2025 (пятница)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

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

Завтрак

450,02	Маффин шоколадный ®	40	1,56	12	25	99,2
437,06	Гуляш из мяса свинины @	80	8,96	23	3,08	192,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4
Итого за Завтрак		530	21,18	40	100,81	689,5

Обед

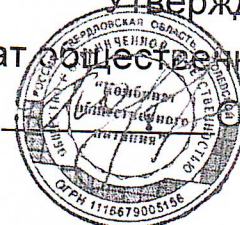
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	70	1,68	5	6,8	79
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	240	1,83	5	8,83	131,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом @	100	18,27	5	3,31	136,3

512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
930	Напиток Ягодка 200	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Обед		815	28,85	21	74,54	747,2
Итого за день		1 345	50,03	61	175,35	1 436,7

Согласовано:



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



24.05.2025 (суббота)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

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

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	230	7,74	10	33,11	254,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	6	14,38	152
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		490	19,86	22	70,9	578,7

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	7	19,77	137,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	90	16,94	6	5,93	229,8
1 189	Пюре гороховое с морковью	180	15,6	5	39,74	311,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		770	40,7	21	104,55	879,9
Итого за день		1 260	60,56	43	175,45	1 458,6