

Согласовано:

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

19.05.2025 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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	160	11,03	12	34,2	287,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
976,03	Фрукт (яблоко)	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		515	14,71	14	75,58	519

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 022	Птица, тушенная в соусе красном с овощами @	90	16,86	21	8,41	208,3
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5
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		730	26,48	32	85,66	765,1
Итого за день		1 245	41,19	46	161,24	1 284,1

Согласовано:

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

20.05.2025 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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	150	6,47	3	38,71	212,7
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	70	15,52	3	7,58	164,8
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		500	31,77	16	119,46	873,6

Обед



22.05.2025 (четверг)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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	190	14,71	18	44,5	373,6
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		470	19,74	20	81,47	575,6

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,82	110,4
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	150	3,31	8	27,17	210
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4
Итого за Обед		705	11,01	18	83,52	552,8
Итого за день		1 175	30,75	38	164,99	1 128,4

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.05.2025 (пятница)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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 @	70	7,84	20	2,7	168,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
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		490	18,76	36	92,69	622,9

Обед

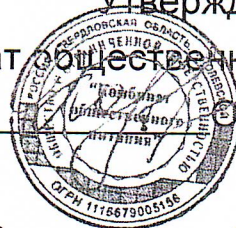
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,36	109,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом @	90	16,45	5	2,98	122,7

512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5
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		725	25,87	18	66,77	655,3
Итого за день		1 215	44,63	54	159,46	1 278,2

Согласовано:



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



24.05.2025 (суббота)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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	200	6,73	9	28,79	221,4
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		460	18,85	21	66,58	545,5

Обед

1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	12,79	92,4
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	150	13	4	33,12	259,8
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		690	37,37	18	90,95	782,4
Итого за день		1 150	56,22	39	157,53	1 327,9