

Согласовано

ДИРЕКТОР
А. П. К.



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



05.11.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 244 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
349,02	Яйцо вареное	40	5,1	5	0,3	63
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	160	34,5	31	199,54	287,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Завтрак		460	43,48	38	249,67	569,2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
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
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
1 126	Соус томатный	10	0,06		0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	43,85	240,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		735	30,5	35	116,38	777
Итого за день		1 195	73,98	73	366,05	1 346,2

Согласовано

ДИРЕКТОР
А. П. К.



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



06.11.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 244 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	210	5,36	7	33,27	215,9
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
Итого за Завтрак		480	14,15	13	79,03	480,2

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Обед						
25,03	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, свежим огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	60	1,14	6	5,27	81,5
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	43,85	240,8
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		760	33,28	35	122,95	800,5
Итого за день		1 240	47,43	48	201,98	1 280,7

Согласовано

Утверждаю директор

ДИРЕКТОР
А. П.

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

07.11.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 254 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 006	Огурцы соленые	60	0,48		1,02	7,8
1 020	**Плов с мясом птицы	200	18,61	22	38,69	379,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
Итого за Завтрак		510	23,9	24	83,72	584,7

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	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	12	44,61	276
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
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		790	14,03	23	116,02	661,1
Итого за день		1 300	37,93	47	199,74	1 245,8

Согласовано

Утверждаю директор

ДИРЕКТОР
А. П.

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

08.11.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 254 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
Итого за Завтрак		510	21,54	31	96,25	644,5

Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	90	2,17	6	8,74	101,5
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6
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		840	32,19	23	94,91	755,9
Итого за день		1 350	53,73	54	191,16	1 400,4

Согласовано:

ДИРЕКТОР

А. П. К



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



07.11.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 244 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
1 020	**Плов с мясом птицы	190	17,68	21	36,75	360,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
Итого за Завтрак		470	22,73	23	81,27	561,8

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	3,02	5	20,18	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	30	0,66	2	7,43	46
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	41,1
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78	38,9
Итого за Обед		585	9,43	12	71,12	389,9
Итого за день		1 055	32,16	35	152,39	951,7

Согласовано:

ДИРЕКТОР

А. П. К



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



08.11.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 244 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
437.06	**Гуляш из мяса свинины	70	7,84	20	2,7	168,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,91	5	43,69	226,9
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Завтрак		480	19,66	27	90,14	592,8

Обед

951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
1 296.01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	16,45	5	2,98	122,7
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		720	27,88	20	81,61	636,8
Итого за день		1 200	47,54	47	171,75	1 229,6

Согласовано

Утверждаю директор

ДИРЕКТОР

ООО "Комбинат общественного питания"

А. П. Козырева

Ю. Козырева

05.11.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 254 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,18	1	22,13	103,4
349,02	Яйцо вареное	40	5,1	5	0,3	63
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	180	38,81	35	224,48	323,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
Итого за Завтрак		490	48,64	42	280,46	631

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100	1,75	5	9,91	94,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	220	3,33	7	15,26	129,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
1 126	Соус томатный	10	0,06		0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	9	52,62	289
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		825	33,01	40	130,5	874,8
Итого за день		1 315	81,65	82	410,96	1 505,8

Согласовано

Утверждаю директор

ДИРЕКТОР

ООО "Комбинат общественного питания"

А. П. Козырева

Ю. Козырева

06.11.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 254 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,38	8	39,61	257
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
Итого за Завтрак		520	15,17	14	85,37	521,3

Обед						
25,03	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, свежим огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	100	1,9	10	8,79	135,8
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
907	Тефтели мясные с луком	90	12,61	13	12,46	215,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	6	49,16	255,3
707	Сок натуральный	200			22,4	95
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Обед		850	32,99	32	134,95	928,5
Итого за день		1 370	48,16	46	220,32	1 449,8

Согласовано

ДИРЕКТОР
А. П.



ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю. Козырева



05.11.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

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

Обед

818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
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
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
1 126	Соус томатный	10	0,06		0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	7	43,85	240,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		735	30,5	35	116,38	777

Полдник

1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 190	Ватрушка с творогом	75	7,13	7	23,12	187,1
Итого за Полдник		275	7,13	7	39,12	250,9
Итого за день		1 010	37,63	42	155,5	1 027,9

Согласовано

ДИРЕКТОР
А. П.



ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю. Козырева



06.11.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

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

Обед

25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	60	0,84		4,38	22,3
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
907	Тефтели мясные с луком	90	12,61	13	12,46	215,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	5	40,96	212,7
707	Сок натуральный	200			22,4	95
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Обед		730	29,09	21	117,81	745,3

Полдник

705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
437,03	Рогалик с яблоками	75	5,31	3	37,7	199,8
Итого за Полдник		275	5,99	3	63,33	320,4
Итого за день		1 005	35,08	24	181,14	1 065,7

Согласовано

ДИРЕКТОР
А. П. КАЗ



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



07.11.2024 (четверг)

Краснофимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	3,02	5	20,18	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	70	0,88	1	0,59	14,7
600,01	Соус сметанный с томатом	45	0,63	2	3,03	35,6
995	Пюре картофельное	120	2,65	8	29,74	184
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	17,55	77,7
Итого за Обед		700	14,25	19	111,06	615,5

Полдник

483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
738,1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой	75	2,94	4	20,06	148
Итого за Полдник		275	3,03	4	40,32	227,8
Итого за день		975	17,28	23	151,38	843,3

Согласовано

ДИРЕКТОР
А. П. К



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева



08.11.2024 (пятница)

Краснофимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	16,45	5	2,98	122,7
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Обед		720	27,88	20	81,61	636,8

Полдник

707	Сок натуральный	200			22,4	95
741,04	Сдобничек с повидлом	75	5,38	11	36,04	312,1
Итого за Полдник		275	5,38	11	58,44	407,1
Итого за день		995	33,26	31	140,05	1 043,9