Согласовано:

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

10.03.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
97	Сыр (порциями)	15	4,04	4		54,5
693	Батон	40	2	1	16,66	104,3
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	6	35,79	242,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	4,35	6	12,94	136,8
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак	535	17,98	17	75,19	585,2
	Обед					
604	Кукуруза отварная	60	6,8	3	9,6	80,9
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
444,01	Плов со свининой	240	17,37	20	47,01	421
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		21,92	91,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
	Итого за Обед	720	32,19	29	109,03	803,6
	Итого за день	1 255	50,17	46	184,22	1 388,8

_____ _____

Согласовано:

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

11.03.2025 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
827	Биточек мясной рубленый	90	7	9	14,39	219,1
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	150	3,31	8	27,17	210
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4
	Итого за Завтрак	500	13,29	19	73,34	589,4
	Обед					
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
1 180,02	Суп-пюре Детский с курой	200	10,34	10	17,74	204,5
1 019,04	Шницель из мяса индейки_@	90	13,56	8	7,56	162,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
917,02	Компот из ягод	180	0,14		17,15	70,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
	Итого за Обед	720	34,4	28	104,39	827,5
	Итого за день	1 220	47,69	47	177,73	1 416,9

_____ _____

Согласовано:

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

12.03.2025 (среда)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	100	0,86	5	8,03	83,2
1 066,01	Сырники_@	140	9,8	8	21,35	210,9
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
	Итого за Завтрак	500	14,53	17	67,17	528,5
	Обед					
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 017,02	Суп картофельный с минтаем	200	3,72	2	15,91	101,7
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	15,33	11	6,59	132,2
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
	Итого за Обед	730	31,49	28	107,66	725,4
	Итого за день	1 230	46,02	45	174,83	1 253,9

Согласовано:

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

13.03.2025 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
437,06	Гуляш из мяса свинины_@	90	10,08	25	3,47	216,1
512	Рис припущенный	180	3,66	4	30,01	270,6
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
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	510	17,58	31	65,06	642
	Обед					
20	Свекла отварная с маслом растительным	60	0,89	5	6,19	69,5
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
1 107	Биточек рыбный	90	11,93	8	14,3	181,1
959	Рагу из овощей	150	3,21	7	21,22	157,3
914,02	Снежок	180	5,22	6	7,2	106,2
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
	Итого за Обед	715	27,01	32	78,47	711,5
	Итого за день	1 225	44,59	63	143,53	1 353,5

Согласовано:

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

14.03.2025 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
661,04	Котлета Домашняя_@	90	12	10		256,2
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
1 141	Печенье детское (конд изд)110	50	3,38	4	23,75	185
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
	Итого за Завтрак	500	25,48	25	90,75	817,2
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	8	4,44	58,2
1 033	Свекольник со сметаной	200	2,3	3	18,92	109,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски	90	12,09	9	4,69	149,4
512	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
	Итого за Обед	715	22,42	24	89,87	738
	Итого за день	1 215	47,9	49	180,62	1 555,2

_____ _____