

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

23.09.2024 (поне

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,7

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
97	Сыр (порциями)	15	4,04	4	
693	Батон	40	3	1	20,56
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8
Итого за Завтрак		535	16,9	16	68,53
<u>Обед</u>					
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,6
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6
444,01	Плов со свининой	240	14,97	28	56,61
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		720	23,6	37	113,81
Итого за день		1 255	40,5	53	182,34

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

24.09.2024 (в

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,7

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
827	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02
995	Пюре картофельное	150	3,31	10	37,17
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32

дельник)

'8 p

ЭЦ ккал

54,5
104,8
200,2
136,8
47
543,3

40,9
126,4
541
104,1
48,4
51,8
912,6
1 455,9

торник)

'8 p

ЭЦ ккал

219,1
23,7
230
59,9
36,3

1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		8,78
Итого за Завтрак		500	20,29	24	84,84
<u>Обед</u>					
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97
1 180,02	Суп-пюре Детский с курой	200	10,34	10	17,74
1 019,04	**Шницель из мяса индейки	90	13,56	6	19,99
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	5	40,96
917,02	Компот из ягод	180	0,14		17,15
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		720	34,4	28	119,07
Итого за день		1 220	54,69	52	203,91

Согласовано:



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



25.09.202

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,7

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

Завтрак

1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	100	0,86	5	8,03
1 066,01	**Сырники	140	11,67	13	23,21
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	16,32
828	Чай с сахаром*	200			14,97
693	Батон	30	2,25	1	15,42
Итого за Завтрак		500	17,15	22	77,95

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,75	3	11,02
1 017,02	Суп картофельный с минтаем	200	3,72	2	15,91
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	17,33	5	3,59
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	43,85
707	Сок натуральный	180			20,16
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		730	33,19	18	113,73
Итого за день		1 230	50,34	40	191,68

38,9
607,9

76,8
204,5
162,7
212,7
70,6
48,4
51,8
827,5
1 435,4

4 (среда)

8 р

ЭЦ ккал

83,2
316,4
96,3
59,9
78,6
634,4

80,3
101,7
132,2
240,8
85,5
54,8
51,8
747,1
1 381,5

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

26.09.2024 (

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,7

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,21	28	3,86
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05
Итого за Завтрак		510	18,43	34	73,1

Обед

20	Свекла отварная с маслом растительным	60	0,89	5	5,19
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,12	5	19,02
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04
1 107	Биточек рыбный	90	11,93	8	14,3
959	Рагу из овощей	150	3,21	7	21,22
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38
Итого за Обед		715	22,41	26	96,54
Итого за день		1 225	40,84	60	169,64

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

27.09.2024 (п

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,7

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
1 027	**Котлета Домашняя	90	12	10	
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	43,85
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17
828	Чай с сахаром*	180			13,47
Итого за Завтрак		500	25,85	22	96,24

четверг)

'8 p

ЭЦ ккал

240,2
264,6
44,7
82,2
631,7

69,5
130,9
11,8
181,1
157,3
108,6
36,3
38,9
734,4
1 366,1

ятница)

'8 p

ЭЦ ккал

162
240,8
77,7
203,5
53,9
737,9

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	4	4,44
1 033	Свекольник со сметаной	200	2,3	3	18,92
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04
1 076	Печень по-строгановски	90	12,09	9	4,69
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01
914,02	Снежок	180	5,22	6	7,2
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38
Итого за Обед		715	27,33	28	84
Итого за день		1 215	53,18	50	180,24

58,2
109,3
11,8
149,4
220,5
106,2
36,3
38,9
730,6
1 468,5