

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

09.01.2025 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
97	Сыр (порциями)	20	5,38	6		72,6
693	Батон	40	3	1	20,56	104,8
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	8	44,74	303,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	6	14,38	152
976,03	Фрукт (яблоко)	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		630	22,69	21	91,44	689,1
<u>Обед</u>						
604	Кукуруза отварная	100	11,33	6	16	134,9
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6
444,01	Плов со свиной	280	20,26	23	54,85	491,2
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		880	41,69	36	136,47	1 004,7
Итого за день		1 510	64,38	57	227,91	1 693,8

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

10.01.2025 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
661,04	Котлета Домашняя*	100	14,18	19	12,91	284,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,07	14	53,13	321,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
Итого за Завтрак		590	31,4	39	125,21	976,7
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	14	7,4	97
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 076	Печень по-строгановски	110	14,78	11	5,73	182,5
512	Рис припущенный	200	4,46	5	46,68	240,7
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
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		895	34,02	33	135,48	924,4
Итого за день		1 485	65,42	72	260,69	1 901,1

