

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

10.02.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 97 | Сыр (порциями) | 20 | 5,38 | 6 | | 72,6 |
| 693 | Батон | 40 | 2 | 1 | 16,66 | 104,3 |
| 883 | Каша пшенная 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 | 21,69 | 21 | 87,54 | 688,6 |
| Обед | | | | | | |
| 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 свининой | 280 | 20,26 | 23 | 54,85 | 491,2 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,35 | | 24,36 | 101,7 |
| 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 | 41,58 | 36 | 133,34 | 990,7 |
| Итого за день | | 1 510 | 63,27 | 57 | 220,88 | 1 679,3 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

11.02.2025 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 827 | Биточек мясной рубленый | 100 | 7,77 | 10 | 15,99 | 243,4 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 50 | 0,7 | 3 | 3,37 | 39,5 |
| 995 | Пюре картофельное | 200 | 4,42 | 11 | 36,23 | 280 |
| 686 | Чай с лимоном @ | 200 | 0,06 | | 15,16 | 59,9 |
| 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 Завтрак | | 590 | 16,27 | 25 | 89,01 | 723 |
| Обед | | | | | | |
| 817 | Маринад овощной | 100 | 0,95 | 10 | 8,28 | 128 |
| 1 180,02 | Суп-пюре Детский с курой | 250 | 12,93 | 13 | 22,18 | 255,6 |
| 1 019,04 | Шницель из мяса индейки @ | 100 | 15,07 | 9 | 8,4 | 180,8 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 200 | 8,63 | 4 | 51,61 | 283,7 |
| 917,02 | Компот из ягод | 200 | 0,15 | | 19,06 | 78,4 |
| 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 | | 900 | 41,89 | 37 | 132,36 | 1 051,8 |
| Итого за день | | 1 490 | 58,16 | 62 | 221,37 | 1 774,8 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

14.02.2025 (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 | 13,33 | 11 | | 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 | 3,38 | 4 | 23,75 | 185 |
| Итого за Завтрак | | 590 | 30,18 | 30 | 109,88 | 958,2 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 100 | 1,2 | 14 | 7,4 | 97 |
| 1 033 | Свекольник со сметаной | 250 | 2,88 | 3 | 23,65 | 136,7 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 076 | Печень по-строгановски | 110 | 14,78 | 11 | 5,73 | 182,5 |
| 512 | Рис припущенный | 200 | 4,07 | 4 | 33,35 | 294 |
| 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 | | 885 | 28,01 | 34 | 111,5 | 930,8 |
| Итого за день | | 1 475 | 58,19 | 64 | 221,38 | 1 889 |