

Согласовано:



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



16.09.2024 (поне)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
693	Батон	40	3	1	20,56
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	11	0,2
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,38	8	39,61
854	Чай с молоком	200	1,36	2	20
976,03	Фрукт (яблоко)	150	0,6	1	14,7
Итого за Завтрак		655	11,46	23	95,07

Обед

817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71
1 027,12	**Биточки с адыгейским сыром	100	14,01	10	9,87
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	8,63	6	54,62
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
Итого за Обед		895	36,41	37	121,01
Итого за день		1 550	47,87	60	216,08

Согласовано:



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



17.09.2024 (в)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
1 070	Рыба тушенная в томате с овощами	130	22,14	11	4,74
512	Рис припущенный	200	4,46	6	46,68
971	Чай ягодный	200	0,1		16
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
677,11	Слойка с яблоками и корицей ®	70	5,85	5	198,89

дельник)

,28р

ЭЦ ккал

104,8
99,2
257
88,1
70,5
619,6

128
147,5
60
169,9
283,7
106
77,7
972,8
1 592,4

торник)

,28р

ЭЦ ккал

197,5
294
59,9
77,7
881,3

1 510,4

94,4
147,5
11,8
557,6
115,7
72,6
77,7
1 077,3
2 587,7

4 (среда)

1,28р

ЭЦ ккал

72,6
131
79,7
320,4
59,9
663,6

97
135,4
60
180
321,1
61,1
64,8
919,4
1 583



О.Ю.Козырева

19.09.2024 (

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

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

Завтрак

967,05	Голубцы ленивые мясные*	100	8,24	10	8,17
901	Соус красный основной	50	0,36	3	3,75
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	6	49,16
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Завтрак		620	24,83	25	94,78

Обед

1 005	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5	2,61
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,19	4	20,68
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	120	20,44	11	4,38
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
677,11	Слойка с яблоками и корицей ®	70	5,85	5	198,89
Итого за Обед		965	39,98	32	310,75
Итого за день		1 585	64,81	57	405,53

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

20.09.2024 (п

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

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

Завтрак

1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13
693	Батон	40	3	1	20,56
1 163	Салат из моркови с сахаром	70	0,96	1	7,84
1 073	Пудинг творожно-манный	200	29,96	18	31,92

четверг)

1,28р

ЭЦ ккал

157,4

39,3

255,3

62,8

59,9

48,4

51,8

674,9

61,6

138,3

11,8

182,3

264,6

99,1

48,4

51,8

881,3

1 739,2

2 414,1

пятница)

1,28р

ЭЦ ккал

66,1

104,8

42,9

474

1 142	Повидло	40	0,04		6,56
828	Чай с сахаром*	200			14,97
Итого за Завтрак		560	34,04	27	81,98

Обед

809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	0,99	10	30,42
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	6	9,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7,99
1 126	Соус томатный	40	0,24	1	2,31
995	Пюре картофельное	180	3,97	12	44,61
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		915	23,76	54	127,68
Итого за день		1 475	57,8	81	209,66

27,1
59,9
774,8

91,4
137,1
11,8
291,4
22,2
276
61,1
48,4
51,8
991,2
1 766