

Согласовано:



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



23.09.2024 (поне)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг
<u>Завтрак</u>					
97	Сыр (порциями)	20	5,38	6	
693	Батон	40	3	1	20,56
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38
976,03	Фрукт (яблоко)	120	0,48		11,76
Итого за Завтрак		630	20,21	20	78,23
<u>Обед</u>					
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,66
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75
444,01	Плов со свининой	280	17,46	33	66,05
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63
Итого за Обед		880	28,39	45	134,78
Итого за день		1 510	48,6	65	213,01

Согласовано:



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



24.09.2024 (в)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг
<u>Завтрак</u>					
827	Биточек мясной рубленый	100	15,55	13	15,99
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37
995	Пюре картофельное	200	4,42	14	49,57
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76

дельник)

,28р

ЭЦ ккал

72,6
104,8
250,3
152
56,4
636,1

68,2
158
631,2
115,7
60,5
64,8
1 098,4
1 734,5

торник)

,28р

ЭЦ ккал

243,4
39,5
306,7
59,9
48,4

1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Завтрак		590	24,05	31	102,35

Обед

817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28
1 180,02	Суп-пюре Детский с курой	250	12,93	13	22,18
1 019,04	**Шницель из мяса индейки	100	15,07	7	22,21
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	8,63	6	54,62
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63
Итого за Обед		900	41,89	37	149,18
Итого за день		1 490	65,94	68	251,53

Согласовано:



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



25.09.202

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ 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	210	17,5	20	34,82
902	Молоко сгущенное	40	3,16	3	21,76
828	Чай с сахаром*	200			14,97
693	Батон	40	3	1	20,56
Итого за Завтрак		590	24,52	29	100,14

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100	1,25	5	18,37
1 017,02	Суп картофельный с минтаем	250	4,65	3	19,88
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	120	20,8	6	4,31
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	52,62
707	Сок натуральный	180			20,16
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63
Итого за Обед		880	40,57	23	139,35
Итого за день		1 470	65,09	52	239,49

51,8
749,7

128
255,6
180,8
283,7
78,4
60,5
64,8
1 051,8
1 801,5

4 (среда)

1,28p

ЭЦ ккал

83,2
474,6
128,4
59,9
104,8
850,9

133,8
127,1
158,7
289
85,5
68,5
64,8
927,4
1 778,3

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

26.09.2024 (

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- дыг
<u>Завтрак</u>					
437,06	**Гуляш из мяса свинины	120	13,45	34	4,63
512	Рис припущенный	200	4,46	6	46,68
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4
Итого за Завтрак		560	22,19	42	83,89

Обед

20	Свекла отварная с маслом растительным	100	1,48	8	8,65
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	23,77
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89
959	Рагу из овощей	180	3,85	8	25,46
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		875	26,37	33	117,7
Итого за день		1 435	48,56	75	201,59

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

27.09.2024 (п

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- дыг
<u>Завтрак</u>					
1 027	**Котлета Домашняя	100	13,33	11	
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,07	8	58,46
1 188	Чай с сахаром	200			16
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17
1 141	Печенье детское (конд изд)	80	6	8	41,87
Итого за Завтрак		620	32,8	28	133,33

четверг)

,28р

ЭЦ ккал

288,2
294
44,7
109,6
736,5

115,9
163,6
11,8
201,2
188,7
120,6
48,4
51,8
902
1 638,5

пятница)

,28р

ЭЦ ккал

180
321,1
63,8
103,6
325,6
994,1

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	7	7,4
1 033	Свекольник со сметаной	250	2,88	3	23,65
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04
1 076	Печень по-строгановски	110	14,78	11	5,73
512	Рис припущенный	200	4,46	6	46,68
914,02	Снежок	180	5,22	6	7,2
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		885	33,01	35	108,96
Итого за день		1 505	65,81	63	242,29

97
136,7
11,8
182,5
294
106,2
48,4
51,8
928,4
1 922,5