

Согласовано:



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



20.05.2024 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 290,68 р

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

Завтрак

97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
693	Батон	20	1,5	1	10,28	52,4
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	230	7,39	4	36,84	273,7
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
Итого за Завтрак		640	19,26	14	88,4	661,9

Обед

836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
819,03	Смесь овощная*	80	1,04		3,92	51,2
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	158
1 018	**Плов со свининой	220	14,04	26	51,61	516,6
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
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		790	24,52	32	116,8	941,1
Итого за день		1 430	43,78	46	205,2	1 603

Согласовано:



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



21.05.2024 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 290,68 р

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

Завтрак

827	Биточек мясной рубленый	100	15,55	13	15,99	243,4
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
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.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	24,01	21	81,52	622,4

Обед

817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28	128
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,41	28	4,07	310,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
917,02	Компот из ягод	180	0,14		17,15	70,6
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		855	27,04	53	107,39	1 022,4
Итого за день		1 405	51,05	74	188,91	1 644,8

Согласовано:



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



22.05.2024 (среда)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 290,68 р

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

Завтрак

1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	100	0,86	5	8,03	83,2
1 066,01	**Сырники	210	17,5	20	34,82	474,6
902	Молоко сгущеное	30	2,37	3	16,32	96,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		570	23,16	28	88,78	786,6

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100	1,25	5	18,37	133,8
1 017,02	Суп картофельный с минтаем	250	4,65	3	19,88	127,1
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	100	12,01	17	15,07	257,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		850	30,29	33	138,96	993,2
Итого за день		1 420	53,45	61	227,74	1 779,8

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



23.05.2024 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 290,68 р

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

Завтрак

661,04	Котлета Домашняя*	100	15,55	13	15,99	310
516	Макаронные изделия отварные с маслом	210	8,29	7	50,35	308,6
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
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		550	27,16	21	95,78	763,5

Обед

20,02	Свекла отварная с маслом	100	1,48	8	8,65	115,9
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89	201,2
959	Рагу из овощей	180	3,85	8	25,46	188,7
914,02	Снежок	180	5,22	6	7,2	106,2
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		855	30,91	39	94,27	872,7
Итого за день		1 405	58,07	60	190,05	1 636,2

Согласовано:



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



24.05.2024 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 290,68 р

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

Завтрак

1 050,01	**Бефстроганов	100	12,55	37	5,98	409,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
Итого за Завтрак		555	27,49	50	104,97	1 027

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	7	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	100	2,02	7	3,6	254,4
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		860	15,14	24	119,08	968,8
Итого за день		1 415	42,63	74	224,05	1 995,8