

Согласовано:



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



06.05.2024 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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	200	6,43	4	32,03	238
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		600	17,49	14	78,71	602
<b><u>Обед</u></b>						
836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
819,03	Смесь овощная*	40	0,52		1,96	25,6
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4
1 018	**Плов со свининой	200	12,76	24	46,92	469,7
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
<b>Итого за Обед</b>		680	21,61	29	107	837
<b>Итого за день</b>		1 280	39,1	43	185,71	1 439

Согласовано:



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



07.05.2024 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

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

### Завтрак

827	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
995	Пюре картофельное	170	3,73	6	25,03	167,4
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>19,69</b>	<b>19</b>	<b>65,69</b>	<b>510,6</b>

### Обед

817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
917,02	Компот из ягод	180	0,14		17,15	70,6
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>720</b>	<b>23,35</b>	<b>43</b>	<b>90,74</b>	<b>856,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>43,04</b>	<b>62</b>	<b>156,43</b>	<b>1 367,2</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



08.05.2024 (среда)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	100	0,86	5	8,03	83,2
1 066,01	**Сырники	140	11,67	13	23,21	316,4
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>17,33</b>	<b>21</b>	<b>77,17</b>	<b>628,4</b>
<u>Обед</u>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,75	3	11,02	80,3
1 017,02	Суп картофельный с минтаем	200	3,72	2	15,91	101,7
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	90	10,81	15	13,56	231,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>715</b>	<b>25,75</b>	<b>27</b>	<b>115,82</b>	<b>828,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>43,08</b>	<b>48</b>	<b>192,99</b>	<b>1 456,7</b>