

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



08.04.2024 (понедельник)

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>						
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
Итого за Завтрак		600	17,49	14	78,71	602
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		680	21,61	29	107	837
Итого за день		1 280	39,1	43	185,71	1 439

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



09.04.2024 (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
Итого за Завтрак		500	19,69	19	65,69	510,6

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
Итого за Обед		720	23,35	43	90,74	856,6
Итого за день		1 220	43,04	62	156,43	1 367,2

Согласовано:



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



10.04.2024 (среда)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 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	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
Итого за Завтрак		500	17,33	21	77,17	628,4

Обед

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
Итого за Обед		715	25,75	27	115,82	828,3
Итого за день		1 215	43,08	48	192,99	1 456,7

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



11.04.2024 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

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

Завтрак

661,04	Котлета Домашняя*	90	14	12	14,39	279
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Завтрак		500	23,6	18	82,43	663,4

Обед

20,02	Свекла отварная с маслом	60	0,89	5	5,19	69,5
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,12	5	15,02	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 107	Биточек рыбный	90	11,93	8	14,3	181,1
959	Рагу из овощей	150	3,21	7	21,22	157,3
914,02	Снежок	180	5,22	6	7,2	106,2
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		715	27,02	32	76,67	720
Итого за день		1 215	50,62	50	159,1	1 383,4

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



12.04.2024 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

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

Завтрак

1 050,01	**Бефстроганов	90	11,29	34	5,38	368,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
Итого за Завтрак		505	23,87	45	92,25	911,9

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	4	4,44	58,2
1 033	Свекольник со сметаной	200	2,3	3	18,92	109,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски	90	1,82	6	3,24	229
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		715	11,97	19	97,34	795,1
Итого за день		1 220	35,84	64	189,59	1 707