

Согласовано:



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



15.04.2024 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|---|------------|-------------|-----------|--------------|------------|
| 1 259,01 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7 | 0,13 | 66,1 |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200 | 5,1 | 6 | 31,68 | 205,6 |
| 854 | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 2 | 17,18 | 88,1 |
| 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 | | 595 | 9,86 | 17 | 81,29 | 519 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 817 | Маринад овощной | 60 | 0,57 | 6 | 4,97 | 76,8 |
| 1 016 | Суп-пюре овощной | 200 | 2,02 | 4 | 12,62 | 118 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 15 | 1,94 | | 11,71 | 60 |
| 471,01 | Фрикадельки мясные, тушеные в соусе сметанным | 90 | 11,39 | 9 | 10,01 | 175,9 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,92 | 5 | 35,96 | 220,4 |
| 914 | Кисломолочный продукт | 180 | 5,22 | 5 | 7,2 | 95,4 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 710 | 28,34 | 29 | 88,85 | 785,4 |
| Итого за день | | 1 305 | 38,2 | 46 | 170,14 | 1 304,4 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



16.04.2024 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|---------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 070 | Рыба тушеная в томате с овощами | 90 | 15,33 | 8 | 3,28 | 136,7 |
| 991 | Рис отварной * | 170 | 4,34 | 7 | 45,37 | 258 |
| 971 | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 12,97 | 59,9 |
| 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 | | 500 | 23,09 | 16 | 79,88 | 554,8 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 60 | 1,05 | 3 | 5,95 | 56,6 |
| 1 021 | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 200 | 3,03 | 6 | 13,87 | 118 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 025 | **Жаркое по-домашнему из свинины | 200 | 12,15 | 28 | 24,8 | 398,3 |
| 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 | | 680 | 20,44 | 39 | 77,63 | 743,4 |
| Итого за день | | 1 180 | 43,53 | 55 | 157,51 | 1 298,2 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



17.04.2024 (среда)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 97 | Сыр (порциями) | 15 | 3,9 | 4 | | 52,8 |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 814 | Икра овощная морковная | 100 | 0,93 | 6 | 6,1 | 79,7 |
| 972,06 | Омлет натуральный НУ | 150 | 15,09 | 19 | 2,77 | 240,3 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 22,7 | 30 | 40,5 | 524 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-----------------------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 60 | 0,72 | 4 | 4,44 | 58,2 |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 200 | 6,17 | 2 | 18,1 | 108,3 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 15 | 1,94 | | 11,71 | 60 |
| 1 024 | **Гуляш из курицы | 90 | 16,94 | 6 | 5,93 | 229,8 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,55 | 6 | 39,35 | 240,8 |
| 932 | Компот из кураги | 180 | 0,7 | | 20,36 | 90,9 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 710 | 35,3 | 18 | 106,27 | 826,9 |
| Итого за день | | 1 210 | 58 | 48 | 146,77 | 1 350,9 |

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



18.04.2024 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 967,05 | Голубцы ленивые мясные* | 90 | 6,48 | 5 | 5,42 | 90,1 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,14 | 1 | 1,5 | 15,7 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,1 | 6 | 43,16 | 264,5 |
| 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 | | 510 | 15,4 | 12 | 75 | 478,6 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 005 | Салат из соленых огурцов с луком | 60 | 0,52 | 3 | 1,57 | 37 |
| 1 113 | Суп картофельный с клецками | 200 | 2,14 | 2 | 16,6 | 97,2 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 070 | Рыба тушеная в томате с овощами | 90 | 15,33 | 8 | 3,28 | 136,7 |
| 512 | Рис припущенный | 150 | 3,35 | 5 | 35,01 | 220,5 |
| 912 | Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | | 21,49 | 89,2 |
| 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 | 25,13 | 19 | 91,69 | 667,6 |
| Итого за день | | 1 225 | 40,53 | 31 | 166,69 | 1 146,2 |

Согласовано:



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



19.04.2024 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 236,72 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 259,01 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7 | 0,13 | 66,1 |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 349,01 | Яйцо отварное шт | 50 | 5,08 | 5 | 0,28 | 62,8 |
| 1 073 | Пудинг творожно-манный | 160 | 23,97 | 15 | 25,54 | 379,2 |
| 1 142 | Повидло | 25 | 0,02 | | 4,1 | 16,9 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 485 | 32,35 | 29 | 63,8 | 689,1 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 835 | Помидоры порционнo | 20 | 0,22 | | 2,75 | 24,8 |
| 819,02 | Горошек зеленый отварной | 40 | 1,19 | 2 | 2,5 | 33,4 |
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | 1,65 | 5 | 8,08 | 84,3 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 661,04 | Котлета Домашняя* | 90 | 14 | 12 | 14,39 | 279 |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 3,29 | 5 | 22,09 | 147,7 |
| 930 | Напиток Ягодка | 180 | 0,11 | | 13,36 | 55 |
| 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 | 24,11 | 25 | 76,91 | 711,2 |
| Итого за день | | 1 200 | 56,46 | 54 | 140,71 | 1 400,3 |