

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



06.10.2025

Красноурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,73	6	27,06	199,7
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
693	Батон	40	2	1	16,66	104,3
1 141,09	Печенье детское @	60	4,5	6	34	244,2
Итого за Завтрак		500	12,32	13	92,88	628
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
1 018	Плов со свининой @	250	20,12	46	60,98	639,3
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		700	29,66	53	123,09	986,8
Итого за день		1 200	41,98	66	215,97	1 614,8

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



07.10.2025

Красноурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 027,6	Котлета Московская @	90	12	10	10,35	162
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		520	18,4	19	76,96	531,2
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,06	113,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 319,05	Шницель из мяса птицы с соусом томатным @	110	4,04	8	24,43	183,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		720	22,81	16	130,74	761,5
Итого за день		1 240	41,21	35	207,7	1 292,7

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



08.10.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
693	Батон	40	2	1	16,66	104,3
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5
Итого за Завтрак		500	17,94	19	103,01	674,2
<u>Обед</u>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,13	Котлета Деревенская @	90	14,69	12	8,5	199,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
999	Капуста тушеная	150	3,95	5	18,7	139,6
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		705	26,02	26	86,92	681,4
Итого за день		1 205	43,96	45	189,93	1 355,6

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



09.10.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	200	20,16	23	6,52	305,3
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
976,03	Фрукт (яблоко)	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		560	26,28	28	47,15	539,9
<u>Обед</u>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4
1 021	Борщ с капустой, картофелем и	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	16,99	13	11,05	227,4
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Обед		725	26,64	28	87,85	724,5
Итого за день		1 285	52,92	56	135	1 264,4

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



10.10.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
827	Биточек мясной рубленый	90	7	9	14,39	219,1
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
518	Картофель отварной	150	0,45	1	3,64	224,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		500	11,08	13	52,1	616,5
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	15,6	5	3,23	119
911,01	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		675	24,37	20	75,79	605
Итого за день		1 175	35,45	33	127,89	1 221,5