

Согласовано:



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



02.03.2026

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 282,06 ру**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,17	8	33,82	237,6
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	5,85	7	15,14	145,2
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		500	13,08	15	64,12	442,7
<b><u>Обед</u></b>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,2
1 014	Суп с макаронными изделиями	200	2,14	4	15,43	108,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 336,03	Мясо "Пикантное"	90	10,11	16	7,78	255,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		705	22,59	29	98,26	791,8
<b>Итого за день</b>		1 205	35,67	44	162,38	1 234,5

Согласовано:



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



03.03.2026

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 282,06 ру**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	150	22,47	14	24,02	316,7
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		500	27,47	18	79,96	596,6
<b><u>Обед</u></b>						
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
1 191	Бигус	260	23,75	24	13,36	356,8
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		715	32,03	32	65,12	635,9
<b>Итого за день</b>		1 215	59,5	50	145,08	1 232,5



Согласовано:



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



04.03.2026

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 282,06 ру**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 163	Салат из моркови с сахаром	30	0,41		3,36	18,4
1 076	Печень по-строгановски	75	9,45	10	1,95	135
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>515</b>	<b>24,55</b>	<b>21</b>	<b>118,4</b>	<b>745,7</b>
<b><u>Обед</u></b>						
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	200	1,72	2	13,16	79,1
1 020	Плов с мясом птицы @	260	16,35	15	50,35	402,3
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>22,14</b>	<b>19</b>	<b>118,76</b>	<b>708,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>46,69</b>	<b>40</b>	<b>237,16</b>	<b>1 453,8</b>

Согласовано:



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



05.03.2026

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 282,06 ру**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 027,13	Котлета Деревенская @	90	14,69	12	8,5	199,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
520	Икра овощная свекольная	40	0,55	3	3,69	44,5
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>21,16</b>	<b>26</b>	<b>82,22</b>	<b>592,6</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 021,13	Борщ с капустой и картофелем	200	1,32	4	10,03	82,9
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
857	Пюре гороховое	155	16,61	7	41,68	282,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>39,84</b>	<b>19</b>	<b>112,3</b>	<b>733,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>61</b>	<b>45</b>	<b>194,52</b>	<b>1 325,9</b>



Согласовано:



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



06.03.2026

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 282,06 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
14 539,27	Чай с сахаром_@	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>10,89</b>	<b>11</b>	<b>69,42</b>	<b>424,7</b>
<b><u>Обед</u></b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	8,42	6	8,89	118,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>28,42</b>	<b>18</b>	<b>131,98</b>	<b>827</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>39,31</b>	<b>29</b>	<b>201,4</b>	<b>1 251,7</b>

