

Согласовано:



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



22.12.2025

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	220	7,4	10	31,67	243,6
1 330,24	Оладьи @	55	2,1	3	4,88	56,5
902	Молоко сгущенное	25	1,98	2	11,93	80,3
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
Итого за Завтрак		500	11,57	15	63,64	460,2
<u>Обед</u>						
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
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		705	22,59	29	98,26	791,8
Итого за день		1 205	34,16	44	161,9	1 252

Согласовано:



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



23.12.2025

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>						
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
975	Мандарины	100	0,8		7,5	38
Итого за Завтрак		500	27,87	18	77,66	587,6
<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
1 739	Бигус с мясным фаршем	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
Итого за Обед		715	32,03	32	65,12	635,9
Итого за день		1 215	59,9	50	142,78	1 223,5

Согласовано:



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



24.12.2025

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>						
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
Итого за Завтрак		515	24,55	21	118,4	745,7
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		700	22,14	19	118,76	708,1
Итого за день		1 215	46,69	40	237,16	1 453,8

Согласовано:



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



25.12.2025

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>						
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
Итого за Завтрак		520	21,16	26	82,22	592,6
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		700	39,84	19	112,3	733,3
Итого за день		1 220	61	45	194,52	1 325,9

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



26.12.2025

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>						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		520	10,89	11	64,39	420,8
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		705	28,42	18	131,98	827
Итого за день		1 225	39,31	29	196,37	1 247,8