

Согласовано:

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



16.02.2026

### Красноурьинск ШУ 5-11 комплекс 361,56 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	300	8,6	10	40,58	285,1
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60	7,02	9	18,17	174,2
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		560	15,68	19	73,91	519,2
<b>Обед</b>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100	1,75	5	9,91	93,6
1 014	Суп с макаронными изделиями	250	2,67	5	19,29	135,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 336,03	Мясо "Пикантное"	100	11,23	18	8,65	284,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		860	26,65	35	119,34	951,3
<b>Итого за день</b>		1 420	42,33	54	193,25	1 470,5

Согласовано:

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



17.02.2026

### Красноурьинск ШУ 5-11 комплекс 361,56 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	180	26,96	17	28,82	380
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		525	31,4	21	80,6	625,8
<b>Обед</b>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 191	Бигус	300	27,41	27	15,42	411,7
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		800	35,69	36	66,57	704,5
<b>Итого за день</b>		1 325	67,09	57	147,17	1 330,3

Согласовано:

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



18.02.2026

### Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 361,56 р

№ 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	50	0,69	1	5,6	30,7
1 076	Печень по-строгановски	90	11,34	12	2,34	162
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 141,09	Печенье детское @	60	4,5	6	34	244,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>565</b>	<b>24,48</b>	<b>24</b>	<b>108,31</b>	<b>761,8</b>

#### Обед

89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	250	2,15	3	16,45	98,9
1 020	Плов с мясом птицы @	300	18,87	18	58,1	464,2
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
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>800</b>	<b>26,06</b>	<b>23</b>	<b>136,4</b>	<b>817</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 365</b>	<b>50,54</b>	<b>47</b>	<b>244,71</b>	<b>1 578,8</b>

Согласовано:

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



19.02.2026

### Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 361,56 р

№ 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	180	4,32	7	44,46	264,5
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>550</b>	<b>21,88</b>	<b>27</b>	<b>89,63</b>	<b>636,7</b>

#### Обед

1 021,13	Борщ с капустой и картофелем	250	1,65	5	12,54	103,6
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	100	17,33	5	3,59	132,2
857	Пюре гороховое	200	21,44	8	53,78	364
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>46,19</b>	<b>21</b>	<b>123,1</b>	<b>834,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 350</b>	<b>68,07</b>	<b>48</b>	<b>212,73</b>	<b>1 471,6</b>

Согласовано:

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



20.02.2026

## Красноурьинск ШУ 5-11 комплекс 361,56 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	90	9,16	9	8,87	198,3
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
14 539,27	Чай с сахаром @	200			6,99	27,9
<b>Итого за Завтрак</b>		565	15,5	15	68,52	491,2
<b><u>Обед</u></b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	11,17	28	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,43	8	64,83	379,5
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>		785	33,59	43	137,48	1 015,8
<b>Итого за день</b>		1 350	49,09	58	206	1 507