

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

29.09.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	210	5,9	7	33,27	236,9
935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125	2,51	2	4,4	147
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		565	10	10	65,33	541,9
Обед						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		780	32,45	25	130,02	895,8
Итого за день		1 345	42,45	35	195,35	1 437,7

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

30.09.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	250	8,41	11	35,99	276,8
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
810	Бутерброд с сыром	50	6,98	6	17,14	147,8
Итого за Завтрак		500	15,39	17	69,13	488,4
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	90	20,68	35	1,1	340,9
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
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		755	32,06	48	65,82	764,2
Итого за день		1 255	47,45	65	134,95	1 252,6

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

01.10.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 163	Салат из моркови с сахаром	100	1,38	1	11,2	61,3
1 073	Пудинг творожно-манный	120	17,98	11	19,22	253,4
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
1 141,09	Печенье детское @	30	2,25	3	17	122,1
Итого за Завтрак		500	24,98	19	86,07	649,1
Обед						
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
1 020	Плов с мясом птицы @	200	12,58	12	38,73	309,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
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		645	20,08	20	97,77	642,9
Итого за день		1 145	45,06	39	183,84	1 292

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

02.10.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак		565	20,82	17	78,55	558,4
Обед						
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	200	1,72	2	13,16	79,1
1 308,02	Биточек куриный @	90	16,74	18		191,7
1 000,05	Булгур с овощами	150	9,38	2	41,84	81,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
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		710	33,45	25	109,29	627,4
Итого за день		1 275	54,27	42	187,84	1 185,8

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

03.10.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
836	Огурцы свежие порционн	30	0,24		0,84	4,5
1 192	Пряник (порц.)	60	2,28	1	15,36	96,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		520	12,37	12	66,63	496,2
Обед						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	8,42	6	8,89	118,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
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		690	27,08	19	112,32	719,6
Итого за день		1 210	39,45	31	178,95	1 215,8