

Согласовано:



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



30.03.2026

**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	200	5,73	6	27,06	190
1 330,24	Оладьи @	100	3,81	5	8,88	102,7
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>16,02</b>	<b>18</b>	<b>65,57</b>	<b>546,9</b>
<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)	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	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>		<b>705</b>	<b>22,59</b>	<b>29</b>	<b>98,26</b>	<b>791,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>38,61</b>	<b>47</b>	<b>163,83</b>	<b>1 338,7</b>

Согласовано:



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



31.03.2026

**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	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>27,55</b>	<b>18</b>	<b>81,92</b>	<b>606</b>
<b><u>Обед</u></b>						

1 030	Рассольник ленинградский со	200	2,16	5	14,24	111,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых	5	1,15	1	0,04	11,8
1 191,03	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>		<b>715</b>	<b>32,03</b>	<b>32</b>	<b>65,12</b>	<b>635,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 235</b>	<b>59,58</b>	<b>50</b>	<b>147,04</b>	<b>1 241,9</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

01.04.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
835	Помидоры порционно	40	0,44		1,56	9,6
1 076	Печень по-строгановски	75	9,45	10	1,95	135
516	Макаронные изделия отварные с	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>525</b>	<b>24,58</b>	<b>21</b>	<b>116,6</b>	<b>736,9</b>

Обед

89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	200	1,72	2	13,16	79,1
1 070,02	Рыба, тушенная в томате с	90	8,48	4	3,86	117
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
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>680</b>	<b>17,87</b>	<b>14</b>	<b>109,32</b>	<b>643,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>42,45</b>	<b>35</b>	<b>225,92</b>	<b>1 380,1</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

02.04.2026

**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
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
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>		520	26,88	26	93,79	656,8

<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)	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>		700	39,84	19	112,3	733,3
<b>Итого за день</b>		1 220	66,72	45	206,09	1 390,1

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



03.04.2026

№ 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>		520	10,89	11	69,42	424,7

<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	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Обед</b>		720	30,13	19	146,21	870,8
<b>Итого за день</b>		1 240	41,02	30	215,63	1 295,5

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_