

Согласовано:



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



06.04.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	50	2,63	15	13,6	230
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10	39,74	303,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
806,44	Маффин творожный @, 60 гр.	60	8,22	9	9,54	148,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>580</b>	<b>24,98</b>	<b>38</b>	<b>92,94</b>	<b>828</b>
<b>Обед</b>						
77	Икра кабачковая	100	1,01	3	5,2	56,4
14 538,42	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	11,8	4	10,8	125,5
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	9,35	7	9,88	132
516	Макаронные изделия отварные с	180	7,61	5	45,44	262,1
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
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>850</b>	<b>33,92</b>	<b>21</b>	<b>119,6</b>	<b>776,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 430</b>	<b>58,9</b>	<b>59</b>	<b>212,54</b>	<b>1 604,1</b>

Согласовано:



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



07.04.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 559	Запеканка из творога	200	35,08	24	34,3	494
984	Соус ягодный	30	0,02		3,81	15,6
1 188	Чай с сахаром, 200	200			16	63,8
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>36,5</b>	<b>25</b>	<b>72,24</b>	<b>672,6</b>
<b>Обед</b>						

1 030	Рассольник ленинградский со	250	2,7	6	17,8	139,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых	5	1,15	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски	100	12,6	13	2,6	180
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
836	Огурцы свежие порционно	40	0,32		1,12	6
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
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>		815	31,91	29	130,15	886,2
<b>Итого за день</b>		1 365	68,41	54	202,39	1 558,8

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



08.04.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

**Завтрак**

1 308,02	Биточек куриный @	100	18,6	20	4,9	213
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
814	Икра овощная морковная	40	0,37	2	5,77	31,9
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Завтрак</b>		560	25,55	34	84,13	637,3

**Обед**

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	100	22,98	39	1,22	378,8
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
999	Капуста тушеная	100	2,63	4	12,47	93
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		800	35,36	55	85,15	907,3
<b>Итого за день</b>		1 360	60,91	89	169,28	1 544,6

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"





Ю.Козырева

09.04.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
891	Омлет запеченный или паровой	200	20,16	23	6,52	305,3
483	Чай с лимоном, 200	200	0,09		15,16	79,8
810	Бутерброд с сыром	50	6,98	6	17,14	147,8
976,04	Фрукты свежие	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		570	27,71	29	50,58	589,3

<b>Обед</b>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	100	1,69	7	9,41	106,5
1 021	Борщ с капустой, картофелем и	250	1,91	7	13,68	124,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	100	18,88	14	12,28	252,6
518	Картофель отварной	180	0,54	4	4,37	269,7
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
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>		875	28,69	35	93,76	1 002,2
<b>Итого за день</b>		1 445	56,4	64	144,34	1 591,5



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



10.04.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	17,33	5	3,59	132,2
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
1 188	Чай с сахаром, 200	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
836	Огурцы свежие порционно	40	0,32		1,12	6
<b>Итого за Завтрак</b>		570	26,37	13	80,11	514,1

**Обед**

839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	100	1,14	3	9,13	71,4
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	141,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	280	22,25	31	46,2	564,4
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
1 242	Морс ягодный	180	0,22		24,93	102,9
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	<b>Итого за Обед</b>	875	35,17	40	124,8	1 008,8
	<b>Итого за день</b>	1 445	61,54	53	204,91	1 522,9