

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

28.04.2025 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	11,6	77,6
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	8,18	7	27,23	202,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
976,03	Фрукт (яблоко)	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		530	11,95	9	75,31	449,2

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	75,5
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 018	Плов со свининой	200	12,76	24	46,92	469,7
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	15	1,28		7,28	40,4
Итого за Обед		770	21,11	34	116,87	911,6
Итого за день		1 300	33,06	43	192,18	1 360,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

29.04.2025 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 150	Котлета из мяса кур	70	15,15	4	10,21	139,7
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	150	3,31	8	27,17	210
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		490	22,72	16	75,8	547,8

Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,67	4	18,13	132,1
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	193
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,45	255,3
969	Напиток цитрусовый	200	0,23		16,67	67,6
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4
Итого за Обед		820	35,74	32	117,83	798,7
Итого за день		1 310	58,46	48	193,63	1 346,5

Согласовано:

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



30.04.2025 (среда)

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	4	21,19	117,2
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	250	11,48	13	53,66	338,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		510	14,94	18	100,55	573,5
Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	240	5,64	5	20,62	160
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	193
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	12	47,82	289
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		795	36,85	41	122,34	851,9
Итого за день		1 305	51,79	59	222,89	1 425,4