

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

28.04.2025 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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	140	6,74	6	22,42	166,6
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		500	10,51	8	70,5	413,5

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
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		700	20,25	32	111,73	863,2
Итого за день		1 200	30,76	40	182,23	1 276,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

29.04.2025 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 150	Котлета из мяса кур	60	12,99	3	8,75	119,7
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	120	2,65	7	21,74	168
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		450	19,9	14	68,91	485,8

Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	50	1,2	3	4,86	56,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	5,33	3	14,51	105,7
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7
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		720	31,18	27	103,96	699,1
Итого за день		1 170	51,08	41	172,87	1 184,9

Согласовано:

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



30.04.2025 (среда)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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	240	11,02	13	51,51	325,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Завтрак		500	14,48	18	98,4	560
Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
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		705	31,86	35	108,56	746,1
Итого за день		1 205	46,34	53	206,96	1 306,1