

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

22.09.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	8	31,79	242,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		560	16,96	15	80,77	591,1

Обед						
818	Салат из белокачанной капусты с морковью с маслом растительным	100	1,75	5	9,91	93,6
115,03	Суп картофельный с вермишелью	250	2,37	5	20,01	137,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 022	Птица, тушенная в соусе красном с овощами @	100	18,17	8	4,44	163,3
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
Итого за Обед		885	115,5	60	592,4	3 391,9
Итого за день		1 445	132,46	75	673,17	3 983

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

23.09.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	37,2	203,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	7	45,44	262,1
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	80	17,97	4	8,06	159
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	68	26	388	2 072
Итого за Завтрак		550	99,47	43	505,4	2 817,2

Обед						
835	Помидоры порционно	100	1,1		13,76	123,8
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	100	21,67	7	14,89	212,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1-148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
Итого за Обед		905	124,98	57	624,14	3 585,6
Итого за день		1 455	224,45	100	1 129,54	6 402,8

Согласовано:

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



24.09.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,03	9	39,61	282
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6
Итого за Завтрак		550	17,61	17	120,33	734,9

Обед

25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	100	1,27	15	7,46	170,1
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	100	12,01	17	15,07	257,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	7	45,44	262,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
1 148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
Итого за Обед		875	114,37	78	597,67	3 544,9
Итого за день		1 425	131,98	95	718	4 279,8

Согласовано:

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



25.09.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806,16	Слойка с яблоком @	85	98,98	180	990,09	226,4
1 075,06	Плов куриный	250	19,36	24	58,55	491,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		565	121,55	205	1 080,69	867

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 057	Котлета из мяса кур Школьная	100	23,01	7	18,13	229,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
Итого за Обед		805	118,73	55	584,54	3 328,2
Итого за день		1370	240,28	260	1 665,23	4 195,2

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

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	2,28	7	9,47	114,8
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом @	100	18,27	5	3,31	136,7
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
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	85	33	485	2 590
Итого за Обед		885	115,75	60	581,86	3 391,7
Итого за день		1 435	138,9	100	695,18	4 208,5

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

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

		<u>Обед</u>				
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со сметаной	250	4,1	7	18,58	155,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	100	18,14	6	3,6	255,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	8,46	8	50,49	291,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
Итого за Обед		805	119,53	56	587,09	3 438,9
Итого за день		1 355	202,01	103	1 045,65	6 046,9