

Согласовано:

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



22.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,61	1	16,64	77,5
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	190	6,27	6	31,03	195,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		550	10,02	8	79,12	465,6

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	74,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	3,57	6	17,42	143,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 018	Плов со свининой @	200	16,1	37	48,78	511,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		800	28,48	49	145,84	1 034,3
Итого за день		1 350	38,5	57	224,96	1 499,9

Согласовано:

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



23.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	165,4
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Завтрак		480	16,84	27	75,07	535,2

Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,37	4	5,68	68,9
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,67	4	18,13	132,1
255,04	Биточек из мяса кур	100	216,74	68	148,92	2 129,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		820	235,43	82	255,01	2 744,2
Итого за день		1 300	252,27	109	330,08	3 279,4

Согласовано:

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



24.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
806,12	Слойка с яблоком @, 85 гр.	85	4,34	13	36,36	217,6
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	250	8,95	10	53,49	337,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Завтрак		555	15,43	24	117,48	672,2

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	20,93	7	12,24	203,8
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		800	44,53	23	140,69	942,8
Итого за день		1 355	59,96	47	258,17	1 615

Согласовано:

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



25.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 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
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Завтрак		550	23,61	26	142,75	886,4

Обед						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	80	1,35	6	7,53	85,2
1 113	Суп картофельный с клецками	240	2,56	3	19,91	116,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	90	15,26	13	12,35	229,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
912	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		825	30,93	29	128,93	885,6
Итого за день		1 375	54,54	55	271,68	1 772

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



26.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка из творога с рисом	180	20,07	17	29,15	352,2
1 142	Повидло	30	0,12		19,5	75
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
Итого за Завтрак		510	28,69	26	127,91	848,1

Обед						
12 160,01	Салат Золушка	70	1,57	6	7,28	93,5
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 025,05	Жаркое по-домашнему из свинины @	200	13,11	30	24,8	350,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		735	23,11	44	93,57	778,3
Итого за день		1 245	51,8	70	221,48	1 626,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



27.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30	3,51	4	9,08	87,1
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	60	13,48	3	6,05	119,3
1 126	Соус томатный	20	0,12	4	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,43	8	64,83	379,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6
Итого за Завтрак		550	33,82	21	125,41	770,5

Обед						
84	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	145,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	100	11,17	28	3,61	236,3
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
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
Итого за Обед		785	24,07	41	107,69	807,6
Итого за день		1 335	57,89	62	233,1	1 578,1