

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

01.09.2025 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 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
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	200	7,16	8	42,79	270,3
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		560	12,87	13	87,51	551,8
Итого за день		560	12,87	13	87,51	551,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

02.09.2025 (вторник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 150	Котлета из мяса кур	60	13,03	3	9,06	121,1
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
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		480	20,55	12	69,51	466,2
Итого за день		480	20,55	12	69,51	466,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

03.09.2025 (среда)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 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
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,17	8	33,82	249,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		510	11,07	13	81,71	487,4
Итого за день		510	11,07	13	81,71	487,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

04.09.2025 (четверг)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
891	Омлет запеченный или паровой	150	15,12	14	2,85	228,9
1 330,01	Блинчики @	100	5,5	6	35,5	215,8
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		490	24,34	23	74,6	629,5
Итого за день		490	24,34	23	74,6	629,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

05.09.2025 (пятница)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка из творога с рисом	150	16,73	14	24,29	293,5
1 142	Повидло	30	0,12		19,5	75
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
806,13	Маффин ванильный®	60	8,22	6	9,54	154,5
Итого за Завтрак		470	28,28	21	85,38	672
Итого за день		470	28,28	21	85,38	672

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

06.09.2025 (суббота)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 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	1	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,43	8	64,83	379,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		530	31,68	17	107,82	717,6
Итого за день		530	31,68	17	107,82	717,6