

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



08.09.2025 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 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 пшениная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	8	35,79	242,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		560	16,96	15	84,77	591,1

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,2
115,03	Суп картофельный с вермишелью	200	1,9	4	16,01	110,3
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 @	90	16,35	7	4	147
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
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		745	27,95	23	98,61	716,2
Итого за день		1 305	44,91	38	183,38	1 307,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



09.09.2025 (вторник)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 141	Печенье детское (конд изд)110	40	3	4	29,76	162,8
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	70	15,72	3	7,06	139,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
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		500	28,9	13	111,09	694,8

Обед						
835	Помидоры порционно	60	0,66		8,26	74,3
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
255	Биточек из курицы	90	19,51	6	13,4	191,6
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	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
Итого за Обед		795	38,15	22	136,43	939,5
Итого за день		1 295	67,05	35	247,52	1 634,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

10.09.2025 (среда)

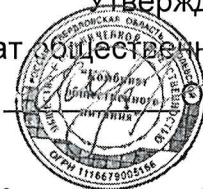
Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,1	6	31,68	205,6
450,02	Маффин шоколадный ®	60	8,22	6	9,54	154,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		490	16,62	13	72,43	525,1

Обед						
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	60	0,76	9	4,48	102
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	90	10,81	15	13,56	231,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Обед		750	27,76	34	108,9	854,8
Итого за день		1 240	44,38	47	181,33	1 379,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

11.09.2025 (четверг)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 330,01	Блинчики _@	50	2,75	3	17,75	107,9
1 142	Повидло	20	0,08		13	50
1 020	Плов с мясом птицы _@	200	12,58	11	38,73	309,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		500	18,62	15	101,53	616,4

Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 057	Котлета из мяса кур Школьная	90	20,7	6	16,32	206,2
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
707	Сок натуральный	200			22,4	95
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		715	31,53	21	97,45	705,6
Итого за день		1 215	50,15	36	198,98	1 322

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

12.09.2025 (пятница)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
450,02	Маффин шоколадный ®	60	8,22	6	9,54	154,5
437,06	Гуляш из мяса свинины @	90	10,06	25	3,25	212,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		530	27,83	36	82,71	734,7

Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,37	4	5,68	68,9
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
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 @	90	16,45	5	2,98	123,1
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Обед		725	26,38	22	80,82	657,4
Итого за день		1 255	54,21	58	163,53	1 392,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

13.09.2025 (суббота)

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,6	6	32,67	206
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7
Итого за Завтрак		470	14,26	22	71,5	559,7

Обед						
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	200	3,28	6	14,87	124,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	90	16,33	6	3,24	229,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5
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		685	30,94	19	92,42	759,1
Итого за день		1 155	45,2	41	163,92	1 318,8