

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

08.09.2025 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 160 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	80	1,4	4	7,93	74,9
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	2,13	1	12,13	67,3
Итого за Обед		865	32,28	27	117,55	850,5
Итого за день		865	32,28	27	117,55	850,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

09.09.2025 (вторник)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 160 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
835	Помидоры порционно	80	0,88		11,01	99
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	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	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
Итого за Обед		875	39,73	24	147,03	1 016,8
Итого за день		875	39,73	24	147,03	1 016,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



10.09.2025 (среда)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 160 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	80	1,02	12	5,97	136,1
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
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	5	45,44	262,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
Итого за Обед		870	32,64	42	128,88	1 019,2
Итого за день		870	32,64	42	128,88	1 019,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



11.09.2025 (четверг)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 160 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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	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	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	2,13	1	12,13	67,3
Итого за Обед		805	33,69	23	110,53	790,5
Итого за день		805	33,69	23	110,53	790,5

Согласовано:

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



12.09.2025 (пятница)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 160 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	80	1,83	6	7,58	91,8
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	2,13	1	12,13	67,3
Итого за Обед		865	32,43	27	107,1	846
Итого за день		865	32,43	27	107,1	846

Согласовано:

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



13.09.2025 (суббота)

Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 160 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	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	180	7,61	5	45,44	262,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
Итого за Обед		785	35,81	21	109,17	887
Итого за день		785	35,81	21	109,17	887