

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



16.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
891	Омлет запеченный или паровой	200	20,16	23	6,52	305,3
1 144,02	Маффин шоколадный @	60	3,34	7	37,93	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		480	25,64	31	71,15	647,3
Итого за день		480	25,64	31	71,15	647,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



17.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
1 297	Запеканка из творога с рисом	180	20,07	17	29,15	352,2
1 142	Повидло	30	0,12		19,5	75
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		500	29,61	24	124,86	835,7
Итого за день		500	29,61	24	124,86	835,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



18.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
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	170	10,57	7	55,1	322,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		500	29,82	16	98,09	660,6
Итого за день		500	29,82	16	98,09	660,6

Согласовано:

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



14.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 150	Котлета из мяса кур	80	17,37	4	12,09	161,5
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
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	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Завтрак		500	27,97	12	88,38	576,1
Итого за день		500	27,97	12	88,38	576,1

Согласовано:

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



13.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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	51,8
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак		530	9,36	9	78,43	462,7
Итого за день		530	9,36	9	78,43	462,7

Согласовано:

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



15.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 122 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,62	8	16,91	143,5
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	10,93	17	77,43	513,7
Итого за день		510	10,93	17	77,43	513,7