

Согласовано:

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



13.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 133 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
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
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	9,39	9	78,43	482,6
Итого за день		530	9,39	9	78,43	482,6

Согласовано:

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



15.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 133 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	50	2,03	10	21,14	179,4
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	260	7,45	8	35,17	259,6
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6
Итого за Завтрак		550	13,76	20	93,71	616,4
Итого за день		550	13,76	20	93,71	616,4

Согласовано:

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



14.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 133 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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	180	7,61	5	45,44	262,1
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		530	29,24	13	95,95	619,7
Итого за день		530	29,24	13	95,95	619,7

Согласовано:

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



16.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 133 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
891	Омлет запеченный или паровой	220	22,17	25	7,17	335,8
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	40	4,28	2	21,4	113,6
Итого за Завтрак		520	29,79	34	82,5	734,6
Итого за день		520	29,79	34	82,5	734,6

Согласовано:

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



17.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 133 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 297	Запеканка из творога с рисом	250	27,88	23	40,48	489,1
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	40	4,28	2	21,4	113,6
Итого за Завтрак		580	38,49	31	141,54	1 001
Итого за день		580	38,49	31	141,54	1 001

Согласовано:

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



18.10.2025

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 133 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	80	17,97	4	8,06	159
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		550	37,17	19	111,73	776,7
Итого за день		550	37,17	19	111,73	776,7