

Согласовано:

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



01.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 302 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 30 | 1,61 | 1 | 16,64 | 77,5 |
| 883 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 5,75 | 6 | 25,43 | 194,1 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,61 | 1 | 12,5 | 42,6 |
| 976 | Яблоки свежие | 110 | 0,44 | | 10,78 | 80,7 |
| Итого за Завтрак | | 515 | 9,41 | 8 | 76,32 | 454,8 |
| Обед | | | | | | |
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 60 | 1,05 | 3 | 5,95 | 56,2 |
| 1 016 | Суп-пюре овощной | 200 | 2,86 | 5 | 13,94 | 114,6 |
| 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 | 16,66 | 56,8 |
| Итого за Обед | | 725 | 27,21 | 23 | 92,8 | 666,7 |
| Итого за день | | 1 240 | 36,62 | 31 | 169,12 | 1 121,5 |

Согласовано:

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



02.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 302 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 141,09 | Печенье детское @ | 40 | 3 | 4 | 22,67 | 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 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 | 56,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 28,9 | 13 | 104,93 | 688,9 |
| Обед | | | | | | |
| 839 | Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным | 60 | 0,68 | 2 | 5,48 | 42,8 |
| 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 | 18,84 | 7 | 11,02 | 183,4 |
| 1 126 | Соус томатный | 10 | 0,06 | 2 | 0,58 | 5,6 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 9,32 | 6 | 48,62 | 284,6 |
| 912 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,11 | | 23,88 | 99,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 | 56,8 |
| Итого за Обед | | 735 | 33,82 | 24 | 117,22 | 783,6 |
| Итого за день | | 1 235 | 62,72 | 37 | 222,15 | 1 472,5 |

Согласовано:

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



03.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 302 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|---------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 450,05 | Маффин ванильный @ | 60 | 6,21 | 6 | 44,16 | 259,5 |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 210 | 5,9 | 6 | 33,27 | 205,4 |
| 686 | Чай с лимоном @ | 200 | 0,06 | | 15,16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 24,99 | 85,2 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 15,38 | 13 | 117,58 | 610 |

| | | | | | | |
|----------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Обед | | | | | | |
| 25 | Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной | 60 | 0,76 | 9 | 4,47 | 102 |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 200 | 6,17 | 2 | 18,06 | 113,3 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 255 | Биточек из курицы | 90 | 18,84 | 7 | 11,02 | 183,4 |
| 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 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,61 | 1 | 12,5 | 42,6 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 7,28 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 740 | 36,31 | 23 | 106,61 | 757,2 |
| Итого за день | | 1 240 | 51,69 | 36 | 224,19 | 1 367,2 |

Согласовано:

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



04.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 302 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--------------------|------------|--------------|-----------|--------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 006 | Огурцы соленые | 30 | 0,24 | | 0,51 | 3,9 |
| 1 075,06 | Плов куриный | 190 | 14,71 | 8 | 36,81 | 278,3 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 24,99 | 85,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 14,55 | 77,7 |
| Итого за Завтрак | | 480 | 20,71 | 10 | 87,83 | 505 |

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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 | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 3,26 | 5 | 22,03 | 147 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,35 | | 24,36 | 101,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 | 56,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 7,28 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 700 | 31,32 | 19 | 102,28 | 689,5 |
| Итого за день | | 1 180 | 52,03 | 29 | 190,11 | 1 194,5 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



05.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 302 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|------------|
| 1 144,02 | Маффин шоколадный @ | 60 | 3,34 | 7 | 37,93 | 221,4 |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины @ | 70 | 7,82 | 20 | 2,53 | 165,4 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 6,34 | 4 | 37,87 | 218,5 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 | 56,8 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 19,64 | 32 | 105,96 | 722 |

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 |
| 14 524 | Котлета Куриная | 90 | 3,04 | 12 | 12,11 | 172 |
| 512 | Рис припущенный | 150 | 3,6 | 6 | 37,05 | 220,4 |
| 930 | Напиток Ягодка. | 200 | 0,12 | | 14,85 | 61,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,61 | 1 | 12,5 | 42,6 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 15 | 1,28 | | 7,28 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 735 | 13,69 | 29 | 96,82 | 721,7 |
| Итого за день | | 1 235 | 33,33 | 61 | 202,78 | 1 443,7 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 302 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 810 | Бутерброд с сыром | 40 | 5,58 | 5 | 13,71 | 118,3 |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 200 | 6,73 | 9 | 28,79 | 221,4 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3 | 3 | 13,4 | 89 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 24,99 | 85,2 |
| Итого за Завтрак | | 470 | 18,52 | 18 | 80,89 | 513,9 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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 |
| 1 024 | Гуляш из курицы @ | 90 | 16,33 | 6 | 3,24 | 229,8 |
| 1 189 | Пюре гороховое с морковью | 150 | 1,95 | 1 | 4,97 | 39 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 24,99 | 85,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 14,55 | 77,7 |
| Итого за Обед | | 705 | 27,09 | 14 | 74,77 | 613,7 |
| Итого за день | | 1 175 | 45,61 | 32 | 155,66 | 1 127,6 |