

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

08.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|---------|---------|--------|------------|---------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 046 | Бутерброд с повидлом | 30 | 1,61 | 1 | 16,64 | 77,5 |
| 851 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 190 | 6,27 | 6 | 31,03 | 195,7 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 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 | | 550 | 10,02 | 8 | 79,12 | 465,6 |

| | | | | | | |
|----------------------|--|-------|-------|----|--------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 80 | 1,4 | 4 | 7,93 | 74,9 |
| 1 016 | Суп-пюре овощной | 250 | 3,57 | 6 | 17,42 | 143,3 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 |
| 1 018 | Плов со свининой @ | 200 | 16,1 | 37 | 48,78 | 511,5 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,35 | | 24,36 | 101,7 |
| 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 | | 800 | 28,48 | 49 | 145,84 | 1 034,3 |
| Итого за день | | 1 350 | 38,5 | 57 | 224,96 | 1 499,9 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

09.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| Завтрак | | | | | | |
| 1 150 | Котлета из мяса кур | 70 | 15,2 | 4 | 10,58 | 141,3 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 30 | 0,42 | 2 | 2,02 | 23,7 |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 3,26 | 5 | 22,03 | 147 |
| 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 | | 510 | 24,64 | 13 | 85,14 | 534,8 |

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------------|-------|--------|----|--------|---------|
| Обед | | | | | | |
| 951 | Винегрет овощной с соленым огурцом | 60 | 1,37 | 4 | 5,68 | 68,9 |
| 52 | Суп рыбный «Мозаика» | 250 | 6,67 | 4 | 18,13 | 132,1 |
| 255,04 | Биточек из мяса кур | 100 | 216,74 | 68 | 148,92 | 2 129,2 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,61 | 5 | 45,44 | 262,1 |
| 917,02 | Компот из ягод | 200 | 0,15 | | 17,06 | 70,4 |
| 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 | | 820 | 235,43 | 82 | 255,01 | 2 744,2 |
| Итого за день | | 1 330 | 260,07 | 95 | 340,15 | 3 279 |

Согласовано:

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



10.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 806,12 | Слойка с яблоком @, 85 гр. | 85 | 4,34 | 13 | 36,36 | 217,6 |
| 848 | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 250 | 8,95 | 10 | 53,49 | 337,9 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 | 56,8 |
| Итого за Завтрак | | 555 | 15,43 | 24 | 117,48 | 672,2 |
| Обед | | | | | | |
| 139 | Суп картофельный с бобовыми | 240 | 5,64 | 5 | 20,62 | 160 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 255 | Биточек из курицы | 100 | 20,93 | 7 | 12,24 | 203,8 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 11,19 | 7 | 58,35 | 341,5 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,21 | 1 | 24,99 | 85,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 800 | 44,53 | 23 | 140,69 | 942,8 |
| Итого за день | | 1 355 | 59,96 | 47 | 258,17 | 1 615 |

Согласовано:

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



11.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 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 |
| 1 699,05 | Фигурки рыбные @ | 50 | 7,32 | 11 | 3,62 | 139,6 |
| 512 | Рис припущенный | 180 | 4,32 | 7 | 44,46 | 264,5 |
| 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 | | 550 | 23,61 | 26 | 142,75 | 886,4 |
| Обед | | | | | | |
| 1 029 | Салат из белокочанной капусты с маслом растительным | 80 | 1,35 | 6 | 7,53 | 85,2 |
| 1 113 | Суп картофельный с клецками | 240 | 2,56 | 3 | 19,91 | 116,6 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 085,01 | Тефтели из мяса птицы с рисом | 90 | 15,26 | 13 | 12,35 | 229,3 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,61 | 5 | 45,44 | 262,1 |
| 912 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,11 | | 23,88 | 99,1 |
| 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 | | 825 | 30,93 | 29 | 128,93 | 885,6 |
| Итого за день | | 1 375 | 54,54 | 55 | 271,68 | 1 772 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



12.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 297 | Запеканка из творога с рисом | 180 | 20,07 | 17 | 29,15 | 352,2 |
| 1 142 | Повидло | 30 | 0,12 | | 19,5 | 75 |
| 1 141,09 | Печенье детское @ | 40 | 3 | 4 | 22,67 | 162,8 |
| 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 | | 510 | 28,95 | 23 | 121,83 | 812,8 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|--|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| 12 160,01 | Салат Золушка | 70 | 1,57 | 6 | 7,28 | 93,5 |
| 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 |
| 1 025,05 | Жаркое по-домашнему из свинины @ | 200 | 13,11 | 30 | 24,8 | 350,7 |
| 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 | | 735 | 23,11 | 44 | 93,57 | 778,3 |
| Итого за день | | 1 245 | 52,06 | 67 | 215,4 | 1 591,1 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.12.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 313 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 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 | 4 | 1,16 | 11,1 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 12,43 | 8 | 64,83 | 379,5 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 200 | | | 10,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 4,28 | 2 | 33,32 | 113,6 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 33,82 | 21 | 125,41 | 770,5 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 84 | Суп картофельный со сметаной | 250 | 2,68 | 4 | 20,28 | 145,7 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины @ | 100 | 11,17 | 28 | 3,61 | 236,3 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,91 | 6 | 26,44 | 176,3 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,35 | | 24,36 | 101,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,68 | 1 | 20,83 | 71 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 785 | 24,07 | 41 | 107,69 | 807,6 |
| Итого за день | | 1 335 | 57,89 | 62 | 233,1 | 1 578,1 |