

Согласовано:

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



20.10.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	8	31,79	242,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Завтрак		560	16,96	15	76,96	557,8

Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100	1,75	5	9,91	93,6
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	64,8
Итого за Обед		885	32,63	28	119,53	866,7
Итого за день		1 445	49,59	43	196,49	1 424,5

Согласовано:

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



21.10.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 141	Печенье детское (конд изд) 110	50	3,75	5	37,2	203,5
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	80	17,97	4	8,06	159
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		550	33,17	16	127,1	797

Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	14	7,4	97
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	100	20,93	7	12,24	203,8
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	0,11		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		905	41,42	39	142,26	1 024,5
Итого за день		1 455	74,59	55	269,36	1 821,5

Согласовано:

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



22.10.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	250	7,03	9	39,61	282
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6
Итого за Завтрак		550	17,61	17	120,33	734,9

Обед

25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	100	1,27	15	7,46	170,1
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	100	15,23	12	13,29	251,9
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	64,8
Итого за Обед		875	34,72	39	123,02	1 014
Итого за день		1 425	52,33	56	243,35	1 748,9

Согласовано:

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



23.10.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 330,17	Блинчики с яблоком @	80	4,89	5	23,8	157
1 075,06	Плов куриный	250	19,36	11	48,43	366,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		560	27,46	17	104,28	672,1

Обед

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	100	23,01	7	18,13	229,1
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
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		805	43,49	24	145,54	974,9
Итого за день		1 365	70,95	41	249,82	1 647

Согласовано:

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



24.10.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 144,02	Маффин шоколадный @	60	3,34	7	37,93	221,4
437,06	Гуляш из мяса свинины @	80	8,94	22	2,89	189,1
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	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		550	23,1	35	118,31	821,6
Обед						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	2,28	7	9,47	114,8
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
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		885	32,73	28	102,9	856
Итого за день		1 435	55,83	63	221,21	1 677,6

Согласовано:

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



25.10.2025

Красноуфимск ШУ Комплекс 12 и ст 293 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	300	9,9	9	49	309
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Завтрак		550	16,18	22	80,26	587,8
Обед						
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	200	8,46	6	50,49	291,3
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	64,8
Итого за Обед		805	36,66	22	114,22	913,7
Итого за день		1 355	52,84	44	194,48	1 501,5