

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

07.11.2022 (понедельник)

## Красноуфимск ДС 1-3 с 106 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		75			8,4	33,8
<b><u>Обед</u></b>						
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,26		7,73	37,6
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	60	12,14	7	7,35	141,3
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,52	5	33,57	197,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,32		18,45	77,7
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		680	24,67	18	98,62	660,7
<b>Итого за день</b>		755	24,67	18	107,02	694,5

Согласовано:

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



08.11.2022 (вторник)

## Красноуфимск ДС 1-3 с 106 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		75			8,4	33,8
<b><u>Обед</u></b>						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
827	Биточек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный	40	0,21	2	1,59	22,6
1 000	Каша перловая рассыпчатая	130	4,06	5	29,01	173,2
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		3,5	72
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		735	20,23	20	86,86	670,8
<b>Итого за день</b>		810	20,23	20	95,26	704,6

Согласовано:

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



09.11.2022 (среда)

## Красноуфимск ДС 1-3 с 106 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	47
<b><u>Обед</u></b>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	200	1,94	2	13,74	80,9
901	Соус красный основной	30	0,3	1	2,25	15,5
444,01	Плов со свиной.	150	17,32	25	36,01	442,4
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		605	22,55	28	90,03	715,8
<b>Итого за день</b>		705	22,95	28	99,83	762,8

Согласовано:

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



10.11.2022 (четверг)

## Красноуфимск ДС 1-3 с 106 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		75			8,4	33,8
<b><u>Обед</u></b>						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*	200	2,7	5	16,38	118,6
1 106	Гуляш из индейки	70	12,73	5	2,46	104
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	123,8
912	Компот из свежих яблок.	180	0,14		21,49	89,2
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	1,58		9,66	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		660	22,76	17	79,29	567,7
<b>Итого за день</b>		735	22,76	17	87,69	601,5

Согласовано:

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



11.11.2022 (пятница)

## Красноуфимск ДС 1-3 с 106 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	75			8,4	33,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		75			8,4	33,8
<b><u>Обед</u></b>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	3,86	4	15,35	112,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,26		7,73	37,6
1 063	Тефтели рыбные*	70	8,86	4	9,2	109,5
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
654	Кисель из плодов шиповника	180	0,18		33,66	134,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	25	1,32		8,05	39,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		675	21,36	16	108,24	684
<b>Итого за день</b>		750	21,36	16	116,64	717,8