

Согласовано

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

20.02.2023 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевода г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 842 | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 200 | 4,48 | 4 | 35,08 | 198,4 |
| 854 | Чай с молоком | 180 | 1,23 | 1 | 15,46 | 79,2 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 10,73 | 8 | 68,46 | 401,7 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 976 | Яблоки свежие | 120 | 0,48 | | 11,76 | 56,4 |
| Итого за Завтрак 2 | | 120 | 0,48 | | 11,76 | 56,4 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 175 | Рассольник домашний со сметаной | 200 | 1,59 | 4 | 10,55 | 83,3 |
| 827 | Биточек мясной рубленый | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 | 170,4 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,92 | 5 | 35,96 | 212 |
| 1 318 | Кисель витаминизированный | 200 | 0,05 | | 3,5 | 72 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 690 | 23,45 | 21 | 83,55 | 683 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 1 297 | Запеканка из творога с рисом | 70 | 7,68 | 6 | 10,68 | 125,3 |
| 904 | Соус молочный (сладкий) | 20 | 0,4 | 1 | 2,69 | 21,7 |
| 828 | Чай с сахаром* | 180 | | | 13,47 | 53,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 300 | 10,97 | 8 | 40,54 | 280,3 |
| Итого за день | | 1 525 | 45,63 | 37 | 204,31 | 1 421,4 |

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева



20.02.2023 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 842 | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 160 | 3,58 | 4 | 28,06 | 158,7 |
| 854 | Чай с молоком | 150 | 1,02 | 1 | 12,89 | 66 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 9,62 | 8 | 58,87 | 348,8 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 976 | Яблоки свежие | 120 | 0,48 | | 11,76 | 56,4 |
| Итого за Завтрак 2 | | 120 | 0,48 | | 11,76 | 56,4 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 175 | Рассольник домашний со сметаной | 150 | 1,19 | 3 | 7,91 | 62,5 |
| 827 | Биточек мясной рубленый | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | 146,1 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,34 | 4 | 26,37 | 155,5 |
| 654 | Кисель из плодов шиповника | 150 | 0,15 | | 28,05 | 112,3 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 525 | 18,52 | 17 | 87,8 | 581,4 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 1 297 | Запеканка из творога с рисом | 50 | 5,49 | 4 | 7,63 | 89,5 |
| 904 | Соус молочный (сладкий) | 20 | 0,4 | 1 | 2,69 | 21,7 |
| 828 | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 245 | 8,25 | 6 | 33,07 | 221,8 |
| Итого за день | | 1 235 | 36,87 | 31 | 191,5 | 1 208,4 |



Согласовано

И.О. Козырева
и.о. заместителя и.к. проф.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



21.02.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 846 | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 200 | 6,05 | 9 | 28,52 | 220,3 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 3,45 | 4 | 12,94 | 101,3 |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным | 25 | 1,56 | 5 | 10,34 | 94,4 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 11,91 | 18 | 56,05 | 441,9 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 999 | Капуста тушеная. | 30 | 0,72 | 1 | 2,85 | 25,6 |
| 1 033 | Свекольник со сметаной* | 200 | 2,3 | 3 | 18,92 | 109,3 |
| 1 063 | Тефтели рыбные* | 70 | 8,86 | 4 | 9,2 | 109,5 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 |
| 995 | Пюре картофельное | 150 | 4,08 | 6 | 24,96 | 187,4 |
| 699 | Напиток лимонный | 180 | 0,13 | | 21,99 | 91,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 705 | 21,62 | 17 | 103,11 | 680,3 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 972 | Омлет натуральный* | 70 | 5,73 | 7 | 2,32 | 93,6 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 300 | 8,62 | 8 | 30,99 | 232,9 |
| Итого за день | | 1 520 | 42,15 | 43 | 201,35 | 1 400,1 |

Ю.Козырева

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



21.02.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 846 | Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным | 180 | 5,45 | 8 | 25,67 | 198,3 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,88 | 3 | 10,78 | 84,4 |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным | 25 | 1,56 | 5 | 10,34 | 94,4 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 365 | 10,74 | 16 | 51,04 | 403 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 999 | Капуста тушеная. | 30 | 0,72 | 1 | 2,85 | 25,6 |
| 1 033 | Свекольник со сметаной* | 150 | 1,73 | 2 | 14,19 | 82 |
| 1 063 | Тефтели рыбные* | 60 | 7,59 | 4 | 7,89 | 93,9 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 |
| 995 | Пюре картофельное | 110 | 2,99 | 4 | 18,3 | 137,5 |
| 699 | Напиток лимонный | 150 | 0,11 | | 18,32 | 75,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 550 | 16,22 | 13 | 75,96 | 505,3 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 972 | Омлет натуральный* | 60 | 4,91 | 6 | 1,99 | 80,2 |
| 828 | Чай с сахаром* | 150 | | | 11,23 | 44,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 230 | 6,74 | 6 | 22,56 | 177,1 |
| Итого за день | | 1245 | 33,7 | 35 | 160,76 | 1130,4 |

Согласовано:

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

22.02.2023 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 302 | Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным | 200 | 8,47 | 8 | 43,93 | 306 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,37 | 57,5 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 415 | 13,49 | 11 | 76,22 | 487,6 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 520 | Икра овощная свекольная | 30 | 0,41 | 2 | 2,77 | 33,3 |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 1,94 | 2 | 13,74 | 80,9 |
| 1 054 | Котлета Детская мясная | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 | 170,4 |
| 824 | Соус белый основной | 20 | 0,13 | 1 | 0,74 | 10,6 |
| 512 | Рис припущенный | 130 | 3,22 | 4 | 33,72 | 183,8 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | | 24,74 | 104,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,67 | 1 | 10,89 | 68,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 670 | 20,95 | 19 | 104,17 | 690,5 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 1 073 | Пудинг творожный | 60 | 7,83 | 5 | 8,72 | 113,5 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | 13,5 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 180 | 5,22 | 6 | 8,46 | 108 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 15 | 1,6 | 1 | 6,53 | 41,1 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 285 | 15,43 | 12 | 31,98 | 300,7 |
| Итого за день | | 1 470 | 49,87 | 42 | 223,57 | 1 523,8 |

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



22.02.2023 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 302 | Каша пшениная молочная вязкая с маслом сливочным | 160 | 6,78 | 6 | 35,15 | 244,8 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 11,98 | 47,9 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 4,17 | 3 | 13,67 | 98,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 345 | 11,8 | 9 | 65,05 | 416,8 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Обед | | | | | | |
| 520 | Икра овощная свекольная | 20 | 0,27 | 2 | 1,85 | 22,2 |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 1,45 | 2 | 10,31 | 60,7 |
| 1 054 | Котлета Детская мясная | 60 | 9,33 | 8 | 9,59 | 146,1 |
| 824 | Соус белый основной | 20 | 0,13 | 1 | 0,74 | 10,6 |
| 512 | Рис припущенный | 110 | 2,72 | 3 | 28,53 | 155,5 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,35 | | 20,62 | 86,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,13 | 1 | 8,71 | 54,8 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 540 | 17,23 | 17 | 84,6 | 562,5 |
| Полдник | | | | | | |
| 1 073 | Пудинг творожный | 50 | 6,52 | 4 | 7,27 | 94,6 |
| 1 142 | Повидло | 20 | 0,02 | | 3,28 | 13,5 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 10 | 1,07 | | 4,35 | 27,4 |
| 1 186 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10 | 0,76 | | 4,99 | 24,6 |
| Итого за Полдник | | 240 | 12,72 | 9 | 26,94 | 250,1 |
| Итого за день | | 1 225 | 41,75 | 35 | 187,79 | 1 274,4 |