

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.03.2023 (понедельник)

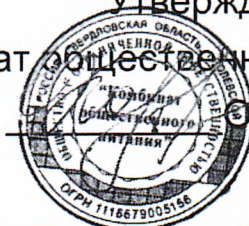
Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

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



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



07.03.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды 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 | | 1 245 | 33,7 | 35 | 160,76 | 1 130,4 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

09.03.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс Г-3 г 163 руб

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 284 | Суп молочный с вермишелью | 170 | 5,45 | 6 | 22,79 | 168,5 |
| 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 | | 355 | 10,74 | 14 | 48,16 | 373,2 |

Завтрак 2

| | | | | | | |
|---------------------------|-----------------|------------|--|--|-------------|-----------|
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-----------------------------------|------------|-------------|-----------|--------------|------------|
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 20 | 0,38 | 2 | 1,54 | 23,8 |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 150 | 4,2 | 2 | 11,88 | 78,6 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 5 | 0,63 | | 3,86 | 18,8 |
| 1 085,01 | Тефтели из мяса птицы с рисом | 60 | 12,14 | 7 | 7,35 | 141,3 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 032 | Каша гречневая вязкая* | 120 | 3,23 | 3 | 16,64 | 114,3 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 0,24 | | 13,84 | 58,2 |
| 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 | | 555 | 23,9 | 16 | 68,86 | 527 |

Полдник

| | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 892 | Омлет с картофелем | 60 | 4,08 | 8 | 4,71 | 109,5 |
| 699 | Напиток лимонный | 150 | 0,11 | | 18,32 | 75,9 |
| 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 | 6,02 | 8 | 32,37 | 237,4 |
| Итого за день | | 1 240 | 40,66 | 38 | 160,59 | 1 182,6 |

Согласовано:

Зав. ЦПП
Ильина Е.И.



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



10.03.2023 (пятница)

Красноуфимск Яс Г-3 г 163 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 853 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150 | 5,64 | 5 | 30,83 | 197,4 |
| 919 | Какао с молоком | 180 | 3,39 | 4 | 14,16 | 103 |
| 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 | | 365 | 14,05 | 12 | 62,91 | 424,5 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 814 | Икра овощная морковная | 20 | 0,19 | 1 | 1,22 | 15,9 |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 150 | 1,43 | 4 | 7,03 | 71,3 |
| 1 069 | Суфле из рыбы* | 60 | 9,33 | 2 | 4,49 | 88,6 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 |
| 990 | Рис припущенный с овощами | 110 | 2,64 | 5 | 24,61 | 153,9 |
| 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. | 15 | 1,28 | | 6,38 | 38,9 |
| Итого за Обед | | 545 | 17,55 | 14 | 74,56 | 520,5 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 920 | Молоко кипяченое* | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 |
| 1 190 | Ватрушка с творогом | 50 | 4,75 | 5 | 15,41 | 124,7 |
| Итого за Полдник | | 200 | 9,1 | 10 | 22,46 | 214,7 |
| Итого за день | | 1 210 | 40,7 | 36 | 171,13 | 1 204,7 |

Согласовано:



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



06.03.2023 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

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



07.03.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-------------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 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 |

Завтрак 2

| | | | | | | |
|---------------------------|-----------------|------------|--|--|-------------|-----------|
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |

Обед

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 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 |

Полдник

| | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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 |

Согласовано:



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



09.03.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-----------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 284 | Суп молочный с вермишелью | 200 | 6,42 | 7 | 26,82 | 198,2 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 3,45 | 4 | 12,94 | 101,3 |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным | 35 | 2,19 | 7 | 14,48 | 132,2 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Завтрак | | 425 | 12,91 | 18 | 58,49 | 457,6 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 30 | 0,57 | 3 | 2,31 | 35,7 |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 200 | 5,59 | 2 | 15,84 | 104,9 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,26 | | 7,73 | 37,6 |
| 1 085,01 | Тефтели из мяса птицы с рисом | 70 | 14,17 | 8 | 8,57 | 164,8 |
| 1 126 | Соус томатный | 20 | 0,1 | 1 | 0,79 | 11,3 |
| 1 032 | Каша гречневая вязкая* | 150 | 4,03 | 4 | 20,8 | 142,8 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,29 | | 16,61 | 69,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,2 | 1 | 13,06 | 82,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 10 | 0,85 | | 4,25 | 25,9 |
| Итого за Обед | | 700 | 30,06 | 19 | 89,96 | 675,1 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 892 | Омлет с картофелем | 70 | 4,76 | 10 | 5,49 | 127,7 |
| 699 | Напиток лимонный | 180 | 0,13 | | 21,99 | 91,1 |
| 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 | | 280 | 7,78 | 11 | 41,18 | 298,2 |
| Итого за день | | 1 505 | 50,75 | 48 | 200,83 | 1 475,9 |



Согласовано:

И.И. А.А. Р.Р. Г.Г.
детский
Министерство образования и науки Республики Башкортостан

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



10.03.2023 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 853 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 200 | 7,51 | 7 | 41,1 | 263,3 |
| 919 | Какао с молоком | 180 | 3,39 | 4 | 14,16 | 103 |
| 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 | 15,92 | 14 | 73,18 | 490,4 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 45 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 45 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 814 | Икра овощная морковная | 30 | 0,28 | 2 | 1,83 | 23,9 |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 200 | 1,91 | 5 | 9,37 | 95 |
| 1 069 | Суфле из рыбы* | 70 | 10,89 | 3 | 5,23 | 103,3 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,2 | 1 | 1,5 | 10,4 |
| 990 | Рис припущенный с овощами | 130 | 3,12 | 6 | 29,09 | 181,8 |
| 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. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 675 | 21,18 | 19 | 91,15 | 638,8 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 920 | Молоко кипяченое* | 180 | 5,22 | 6 | 8,46 | 108 |
| 1 190 | Ватрушка с творогом | 60 | 5,7 | 6 | 18,49 | 149,7 |
| Итого за Полдник | | 240 | 10,92 | 12 | 26,95 | 257,7 |
| Итого за день | | 1 430 | 48,02 | 45 | 202,48 | 1 431,9 |