

Согласовано:

Зав. МДОУ ЦДРР ДЕТСКИЙ сад "Машинкин" М.И. Мещеряков



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



13.03.2023 (понедельник)

## Красноуфимск ДС 1-3 г 110 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>
<u>Обед</u>						
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	70	14,17	8	8,57	164,8
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
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>690</b>	<b>28,32</b>	<b>20</b>	<b>103,24</b>	<b>719,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>790</b>	<b>28,32</b>	<b>20</b>	<b>114,44</b>	<b>764,4</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



14.03.2023 (вторник)

## Красноуфимск ДС 1-3 з 110 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>
<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	70	10,89	9	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
1 000	Каша перловая рассыпчатая	130	4,06	5	29,01	173,2
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.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>725</b>	<b>23,3</b>	<b>21</b>	<b>91,06</b>	<b>719</b>
<b>Итого за день</b>		<b>825</b>	<b>23,3</b>	<b>21</b>	<b>102,26</b>	<b>764</b>



Согласовано

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



15.03.2023 (среда)

## Красноуфимск ДС 1-3 з 110 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>120</b>	<b>0,48</b>		<b>11,76</b>	<b>56,4</b>
<u>Обед</u>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,55	2	10,99	64,7
901	Соус красный основной	30	0,3	1	2,25	15,5
444,01	Плов со свининой.	150	9,57	18	35,19	352,3
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.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>605</b>	<b>16,03</b>	<b>22</b>	<b>89,86</b>	<b>644,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>725</b>	<b>16,51</b>	<b>22</b>	<b>101,62</b>	<b>701,1</b>

Согласовано



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



16.03.2023 (четверг)

## Красноуфимск ДС 1-3 с 110 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<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
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной*	200	2,7	5	16,38	118,6
437,01	Гуляш из мяса свинины	70	11,5	7	2,71	116,5
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
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		660	23,15	20	82,94	615,4
Итого за день		760	23,15	20	94,14	660,4

Согласовано:



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



17.03.2023 (пятница)

## Красноуфимск ДС 1-3 г 110 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>
<u>Обед</u>						
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
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	10,89	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>675</b>	<b>22,71</b>	<b>17</b>	<b>111,08</b>	<b>713,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>775</b>	<b>22,71</b>	<b>17</b>	<b>122,28</b>	<b>758,3</b>

Согласовано:

Зав. Медсестра Школа № 124



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



13.03.2023 (понедельник)

### Красноуфимск ДС 3-7 л 124 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>
<u>Обед</u>						
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	70	14,17	8	8,57	164,8
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
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>690</b>	<b>28,32</b>	<b>20</b>	<b>103,24</b>	<b>719,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>790</b>	<b>28,32</b>	<b>20</b>	<b>114,44</b>	<b>764,4</b>

Согласовано



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



14.03.2023 (вторник)

### Красноуфимск ДС 3-7 л 124 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<u>Обед</u>						
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	70	10,89	9	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
1 000	Каша перловая рассыпчатая	130	4,06	5	29,01	173,2
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.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		725	23,3	21	91,06	719
<b>Итого за день</b>		825	23,3	21	102,26	764

Согласовано.



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



15.03.2023 (среда)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 124 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак 2</b>		120	0,48		11,76	56,4
<u>Обед</u>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,55	2	10,99	64,7
901	Соус красный основной	30	0,3	1	2,25	15,5
444,01	Плов со свининой.	150	9,57	18	35,19	352,3
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.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		605	16,03	22	89,86	644,7
<b>Итого за день</b>		725	16,51	22	101,62	701,1



Согласовано



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



16.03.2023 (четверг)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 124 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>
<u>Обед</u>						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со сметаной*	200	2,7	5	16,38	118,6
437,01	Гуляш из мяса свинины	70	11,5	7	2,71	116,5
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
897	Хлеб пшеничный	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>23,15</b>	<b>20</b>	<b>82,94</b>	<b>615,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>760</b>	<b>23,15</b>	<b>20</b>	<b>94,14</b>	<b>660,4</b>

Согласовано:

Зав. Школы  
М.И. Козырева



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



17.03.2023 (пятница)

### Красноуфимск ДС 3-7 л 124 ГКП

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	45
<u>Обед</u>						
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
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	10,89	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		675	22,71	17	111,08	713,3
<b>Итого за день</b>		775	22,71	17	122,28	758,3