



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



03.04.2023 (понедельник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

**Завтрак**

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>10,73</b>	<b>8</b>	<b>68,46</b>	<b>401,7</b>

**Завтрак 2**

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>

**Обед**

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>690</b>	<b>23,45</b>	<b>21</b>	<b>83,55</b>	<b>683</b>

**Полдник**

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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>10,97</b>	<b>8</b>	<b>40,54</b>	<b>280,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 525</b>	<b>45,63</b>	<b>37</b>	<b>204,31</b>	<b>1 421,4</b>

Согласовано.

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

03.04.2023 (понедельник)

**Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб**

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

**Завтрак**

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>9,62</b>	<b>8</b>	<b>58,87</b>	<b>348,8</b>

**Завтрак 2**

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>

**Обед**

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>18,52</b>	<b>17</b>	<b>87,8</b>	<b>581,4</b>

**Полдник**

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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>245</b>	<b>8,25</b>	<b>6</b>	<b>33,07</b>	<b>221,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 235</b>	<b>36,87</b>	<b>31</b>	<b>191,5</b>	<b>1 208,4</b>



Согласовано:

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

04.04.2023 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>11,91</b>	<b>18</b>	<b>56,05</b>	<b>441,9</b>

**Завтрак 2**

707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>

**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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>21,62</b>	<b>17</b>	<b>103,11</b>	<b>680,3</b>

**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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>8,62</b>	<b>8</b>	<b>30,99</b>	<b>232,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 520</b>	<b>42,15</b>	<b>43</b>	<b>201,35</b>	<b>1 400,1</b>

Согласовано

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

04.04.2023 (вторник)

**Краснофимск Яс 1-3 з 163 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>10,74</b>	<b>16</b>	<b>51,04</b>	<b>403</b>

Завтрак 2

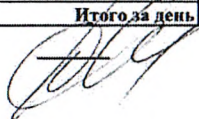
707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>

Обед

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>550</b>	<b>16,22</b>	<b>13</b>	<b>75,96</b>	<b>505,3</b>

Полдник

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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>6,74</b>	<b>6</b>	<b>22,56</b>	<b>177,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>33,7</b>	<b>35</b>	<b>160,76</b>	<b>1 130,4</b>







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

05.04.2023 (среда)

**Краснофимск ДОУ 3-7 л 184 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>13,49</b>	<b>11</b>	<b>76,22</b>	<b>487,6</b>
<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>						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,55	2	10,99	64,7
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		18	104,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	10,89	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>670</b>	<b>20,56</b>	<b>19</b>	<b>94,68</b>	<b>674,3</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>285</b>	<b>15,43</b>	<b>12</b>	<b>31,98</b>	<b>300,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 470</b>	<b>49,48</b>	<b>42</b>	<b>214,08</b>	<b>1 507,6</b>

Согласовано

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

05.04.2023 (среда)

**Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
302	Каша пшеничная 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>11,8</b>	<b>9</b>	<b>65,05</b>	<b>416,8</b>
<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>						
520	Икра овощная свекольная	20	0,27	2	1,85	22,2
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,16	1	8,24	48,5
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		15	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>16,94</b>	<b>16</b>	<b>76,91</b>	<b>550,3</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>12,72</b>	<b>9</b>	<b>26,94</b>	<b>250,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>41,46</b>	<b>34</b>	<b>180,1</b>	<b>1 262,2</b>



Согласовано,



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



06.04.2023 (четверг)

**Краснофимск ДОУ 3-7 л 184 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>425</b>	<b>12,91</b>	<b>18</b>	<b>58,49</b>	<b>457,6</b>
<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>						
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	11,37	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>27,26</b>	<b>19</b>	<b>89,96</b>	<b>675,1</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>280</b>	<b>7,78</b>	<b>11</b>	<b>41,18</b>	<b>298,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 505</b>	<b>47,95</b>	<b>48</b>	<b>200,83</b>	<b>1 475,9</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

06.04.2023 (четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>10,74</b>	<b>14</b>	<b>48,16</b>	<b>373,2</b>

<b>Завтрак 2</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>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства.	20	0,38	2	1,54	23,8
1 049	Суп-шоре 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	9,74	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>555</b>	<b>21,5</b>	<b>16</b>	<b>68,86</b>	<b>527</b>

<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>6,02</b>	<b>8</b>	<b>32,37</b>	<b>237,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 240</b>	<b>38,26</b>	<b>38</b>	<b>160,59</b>	<b>1 182,6</b>





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



07.04.2023 (пятница)

**Краснофимск ДОУ 3-7 л 184 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>15,92</b>	<b>14</b>	<b>73,18</b>	<b>490,4</b>

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>45</b>

Обед

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		18	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>675</b>	<b>21,18</b>	<b>19</b>	<b>84,41</b>	<b>638,8</b>

Полдник

920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
1 190	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>10,92</b>	<b>12</b>	<b>26,95</b>	<b>257,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 430</b>	<b>48,02</b>	<b>45</b>	<b>195,74</b>	<b>1 431,9</b>

Согласовано:

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

07.04.2023 (пятница)

**Красноуфимск Яс Г-3 г 163 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>14,05</b>	<b>12</b>	<b>62,91</b>	<b>424,5</b>
<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	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		15	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>545</b>	<b>17,55</b>	<b>14</b>	<b>68,94</b>	<b>520,5</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
1 190	Ватрушка с творогом	50	4,75	5	15,41	124,7
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>9,1</b>	<b>10</b>	<b>22,46</b>	<b>214,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>40,7</b>	<b>36</b>	<b>165,51</b>	<b>1 204,7</b>

