

Согласовано:



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



02.05.2023 (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         |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | <b>415</b>   | <b>11,91</b> | <b>18</b> | <b>56,05</b>  | <b>441,9</b> |
| <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>               |  |              |              |           |               |              |
| 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           | 0,14         | 1         | 1,5           | 15,7         |
| 995                       | Пюре картофельное  | 150          | 3,29         | 5         | 22,09         | 147,7        |
| 699                       | Напиток лимонный   | 180          | 0,13         |           | 21,99         | 91,1         |
| 897                       | Хлеб пшеничный   | 30           | 2,43         |           | 14,64         | 72,6         |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.   | 25           | 2,13         | 1         | 10,63         | 64,8         |
| <b>Итого за Обед</b>      |  | <b>705</b>   | <b>20</b>    | <b>15</b> | <b>101,82</b> | <b>636,3</b> |
| <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           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4         |
| 1 186                     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                         | 10           | 0,85         |           | 4,25          | 25,9         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | <b>300</b>   | <b>8,2</b>   | <b>7</b>  | <b>31,3</b>   | <b>227,8</b> |
| <b>Итого за день</b>      |  | <b>1 520</b> | <b>40,11</b> | <b>40</b> | <b>200,37</b> | <b>1 351</b> |

*(Handwritten signature)*

РОМАНОВА М.А. по  
 ДОВЕРЕННОСТИ №738-2023  
 от 31.03.2023

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева

02.05.2023 (вторник)

**Краснофимск Яс 1-3 г 163 руб**

| рецептура | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевода 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         | 0,14         | 1         | 1,5          | 15,7         |
| 995                  | Пюре картофельное      | 110        | 2,42         | 4         | 16,2         | 108,3        |
| 699                  | Напиток лимонный       | 150        | 0,11         |           | 18,32        | 75,9         |
| 897                  | Хлеб пшеничный         | 15         | 1,22         |           | 7,32         | 36,3         |
| 1 147                | Хлеб ржаной.           | 15         | 1,28         |           | 6,38         | 38,9         |
| <b>Итого за Обед</b> |                        | <b>550</b> | <b>15,21</b> | <b>12</b> | <b>74,65</b> | <b>476,6</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           | 0,81         |           | 4,88          | 24,2           |
| 1 186                   | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 10           | 0,85         |           | 4,25          | 25,9           |
| <b>Итого за Полдник</b> |                                  | <b>230</b>   | <b>6,57</b>  | <b>6</b>  | <b>22,35</b>  | <b>175,2</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                  | <b>1 245</b> | <b>32,52</b> | <b>34</b> | <b>159,24</b> | <b>1 099,8</b> |

Романова М. А. по  
 доверенности № 718-2023  
 от 31.03.23 г

Согласовано



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



03.05.2023 (среда)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб**

| № рецептур                | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал      |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |   |              |              |           |               |              |
| 302                       | Каша пшенная 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          | 1,93         | 2         | 13,74         | 107,5        |
| 1 054                     | Котлета Детская мясная                          | 70           | 10,89        | 9         | 11,19         | 128,4        |
| 824                       | Соус белый основной                             | 20           | 0,13         | 1         | 0,74          | 10,6         |
| 512                       | Рис припущенный                                 | 130          | 2,9          | 4         | 30,34         | 165,4        |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 180          | 0,41         |           | 24,74         | 104,1        |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                  | 25           | 2,03         |           | 12,2          | 60,5         |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                    | 15           | 1,28         |           | 6,38          | 38,9         |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | <b>670</b>   | <b>19,98</b> | <b>18</b> | <b>102,1</b>  | <b>648,7</b> |
| <b><u>Полдник</u></b>     |   |              |              |           |               |              |
| 1 073                     | Пудинг творожно-манный                          | 60           | 8,99         | 6         | 9,58          | 126          |
| 1 142                     | Повидло   | 20           | 0,02         |           | 3,28          | 13,5         |
| 920                       | Молоко кипяченое*                               | 180          | 5,22         | 6         | 8,46          | 108          |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                  | 15           | 1,22         |           | 7,32          | 36,3         |
| 1 186                     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                | 10           | 0,85         |           | 4,25          | 25,9         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | <b>285</b>   | <b>16,3</b>  | <b>12</b> | <b>32,89</b>  | <b>309,7</b> |
| <b>Итого за день</b>      |   | <b>1 470</b> | <b>49,77</b> | <b>41</b> | <b>222,41</b> | <b>1 491</b> |

Романова М.А. по  
 доверенности №7 от 03-2023  
 от 31.03.2023

Согласовано



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



03.05.2023 (среда)

## Краснофимск Яс 1-3 г 163 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды г   | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u>            |   |              |              |           |               |                |
| 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>   |
| <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                           | 20           | 0,27         | 2         | 1,85          | 22,2           |
| 1 050                     | Суп картофельный с макаронными изделиями          | 150          | 1,45         | 2         | 10,31         | 80,7           |
| 1 054                     | Котлета Детская мясная                            | 60           | 9,33         | 8         | 9,59          | 110            |
| 824                       | Соус белый основной                               | 20           | 0,13         | 1         | 0,74          | 10,6           |
| 512                       | Рис припущенный                                   | 110          | 2,45         | 3         | 25,67         | 140            |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                       | 150          | 0,35         |           | 20,62         | 86,7           |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                    | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                      | 10           | 0,85         |           | 4,25          | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | <b>540</b>   | <b>16,45</b> | <b>16</b> | <b>82,79</b>  | <b>524,5</b>   |
| <u>Полдник</u>            |   |              |              |           |               |                |
| 1 073                     | Пудинг творожно-манный                            | 50           | 7,49         | 5         | 7,98          | 105            |
| 1 142                     | Повидло   | 20           | 0,02         |           | 3,28          | 13,5           |
| 920                       | Молоко кипяченое*                                 | 150          | 4,35         | 5         | 7,05          | 90             |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                    | 10           | 0,81         |           | 4,88          | 24,2           |
| 1 186                     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                  | 10           | 0,85         |           | 4,25          | 25,9           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | <b>240</b>   | <b>13,52</b> | <b>10</b> | <b>27,44</b>  | <b>258,6</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |   | <b>1 225</b> | <b>41,77</b> | <b>35</b> | <b>186,48</b> | <b>1 244,9</b> |

О.Ю.КОЗЫРЕВА М.А. ПО  
 ДОЛЖНОСТИ 03.05.2023  
 01 03 2023



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева

04.05.2023 (четверг)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

| № позиции                 | Наименование блюда                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-----------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</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>   |                                   | 425     | 12,91   | 18     | 58,49      | 457,6   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                   |         |         |        |            |         |
| 707                       | Сок натуральный                   | 100     |         |        | 11,2       | 45      |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                   | 100     |         |        | 11,2       | 45      |
| <b>Обед</b>               |                                   |         |         |        |            |         |
| 813                       | Икра кабачковая пром.производства | 30      | 0,36    | 2      | 2,22       | 29,1    |
| 1 049                     | Суп-поре из гороха                | 200     | 6,16    | 2      | 18,06      | 108     |
| 943                       | Гренки из пшеничного хлеба        | 10      | 1,3     |        | 7,81       | 38,7    |
| 1 085,01                  | Тефтели из мяса птицы с рисом     | 70      | 11,87   | 10     | 9,61       | 178,4   |
| 1 126                     | Соус томатный                     | 20      | 0,12    | 1      | 1,16       | 11,1    |
| 1 032                     | Каша гречневая вязкая*            | 150     | 4,03    | 4      | 20,8       | 142,8   |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника       | 180     | 0,61    |        | 23,07      | 108,6   |
| 897                       | Хлеб пшеничный                    | 30      | 2,43    |        | 14,64      | 72,6    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                      | 10      | 0,85    |        | 4,25       | 25,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                   | 700     | 27,73   | 19     | 101,62     | 715,2   |
| <b>Полдник</b>            |                                   |         |         |        |            |         |
| 892                       | Омлет с картофелем                | 70      | 4,78    | 6      | 6,75       | 99,3    |
| 699                       | Напиток лимонный                  | 180     | 0,13    |        | 21,99      | 91,1    |
| 897                       | Хлеб пшеничный                    | 20      | 1,62    |        | 9,76       | 48,4    |
| 1 186                     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный  | 10      | 0,85    |        | 4,25       | 25,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                   | 280     | 7,38    | 6      | 42,75      | 264,7   |
| <b>Итого за день</b>      |                                   | 1 505   | 48,02   | 43     | 214,06     | 1 482,5 |

Ю. Козырева М.А. по  
договорности №708-2023  
от 31.03.23 г

Согласовано




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



04.05.2023 (четверг)

## Краснофимск Яс 1-3 з 163 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         | 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><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 | 20           | 0,24         | 1         | 1,48          | 19,4           |
| 1 049                     | Суп-пюре из гороха                | 150          | 4,62         | 1         | 13,54         | 81             |
| 943                       | Гренки из пшеничного хлеба        | 5            | 0,65         |           | 3,9           | 19,4           |
| 1 085,01                  | Тефтели из мяса птицы с рисом     | 60           | 10,18        | 9         | 8,23          | 152,9          |
| 1 126                     | Соус томатный                     | 20           | 0,12         | 1         | 1,16          | 11,1           |
| 1 032                     | Каша гречневая вязкая*            | 120          | 3,23         | 3         | 16,64         | 114,3          |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника       | 150          | 0,51         |           | 19,22         | 90,5           |
| 897                       | Хлеб пшеничный                    | 20           | 1,62         |           | 9,76          | 48,4           |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                      | 10           | 0,85         |           | 4,25          | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                   | <b>555</b>   | <b>22,02</b> | <b>15</b> | <b>78,18</b>  | <b>562,9</b>   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                   |              |              |           |               |                |
| 892                       | Омлет с картофелем                | 60           | 4,1          | 5         | 5,78          | 85,1           |
| 699                       | Напиток лимонный                  | 150          | 0,11         |           | 18,32         | 75,9           |
| 897                       | Хлеб пшеничный                    | 10           | 0,81         |           | 4,88          | 24,2           |
| 1 186                     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный  | 10           | 0,85         |           | 4,25          | 25,9           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                   | <b>230</b>   | <b>5,87</b>  | <b>5</b>  | <b>33,23</b>  | <b>211,1</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                   | <b>1 240</b> | <b>38,63</b> | <b>34</b> | <b>170,77</b> | <b>1 192,2</b> |

  
 КОЗЫРЕВА О.Ю. ПО  
 Д. 21.000074 ДС 19-2023  
 ОТ 01.05.2023 Г

Согласовано



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



05.05.2023 (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          | 3,48         | 3         | 18,07         | 107,9          |
| 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>415</b>   | <b>16,01</b> | <b>13</b> | <b>77,09</b>  | <b>495,3</b>   |
| <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>               |   |              |              |           |               |                |
| 814                       | Икра овощная морковная                  | 30           | 0,28         | 2         | 1,83          | 23,9           |
| 1 058                     | Суп Крестьянский с крупой, сметаной     | 200          | 2,38         | 5         | 13,14         | 109,6          |
| 1 069                     | Суфле из рыбы*                          | 70           | 10,89        | 3         | 5,23          | 103,3          |
| 901                       | Соус красный основной                   | 20           | 0,14         | 1         | 1,5           | 15,7           |
| 990                       | Рис припущенный с овощами               | 130          | 3,07         | 7         | 29,51         | 197            |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов             | 180          | 0,41         |           | 24,74         | 104,1          |
| 897                       | Хлеб пшеничный                          | 25           | 2,03         |           | 12,2          | 60,5           |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                            | 20           | 1,7          | 1         | 8,5           | 51,8           |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | <b>675</b>   | <b>20,9</b>  | <b>19</b> | <b>96,65</b>  | <b>665,9</b>   |
| <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          |
| <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>47,83</b> | <b>44</b> | <b>211,89</b> | <b>1 463,9</b> |

КОМАРОВА М.А. ПО  
ВРЕМЕНИ 05.05.2023  
01 01.05 2023



Согласовано:

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



05.05.2023 (пятница)

**Краснофимск Яс 1-3 г 163 руб**

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

Завтрак

|                         |   |            |              |           |              |              |
|-------------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 853                     | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150        | 5,64         | 5         | 30,83        | 197,4        |
| 919                     | Какао с молоком                         | 180        | 3,48         | 3         | 18,07        | 107,9        |
| 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>365</b> | <b>14,14</b> | <b>11</b> | <b>66,82</b> | <b>429,4</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              | 20         | 0,19         | 1         | 1,22        | 15,9         |
| 1 058                | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 150        | 1,78         | 4         | 9,86        | 82,2         |
| 1 069                | Суфле из рыбы*                      | 60         | 9,33         | 2         | 4,49        | 88,6         |
| 901                  | Соус красный основной               | 20         | 0,14         | 1         | 1,5         | 15,7         |
| 990                  | Рис припущенный с овощами           | 110        | 2,6          | 6         | 24,97       | 166,7        |
| 928                  | Компот из смеси сухофруктов         | 150        | 0,35         |           | 20,62       | 86,7         |
| 897                  | Хлеб пшеничный                      | 20         | 1,62         |           | 9,76        | 48,4         |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                        | 15         | 1,28         |           | 6,38        | 38,9         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | <b>545</b> | <b>17,29</b> | <b>14</b> | <b>78,8</b> | <b>543,1</b> |

Полдник

|                         |                     |              |              |           |               |                |
|-------------------------|---------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 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>40,53</b> | <b>35</b> | <b>179,28</b> | <b>1 232,2</b> |

Итого за день  
 01.05.2023