



Согласовано: *И.И. Козырева*
И.И. Козырева



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

20.11.2023 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	20,24	182,7
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,87	1	12,76	98,9
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		425	8,73	8	51,62	365
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	70	15,52	3	7,58	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	205,7
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		690	29,3	14	111,09	784,1
Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9
904	Соус молочный (сладкий)	30	0,59	2	4,03	32,6
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		310	18,77	14	37,67	380,8
Итого за день		1 525	56,8	36	211,58	1 577,4

И.И. Козырева



Согласовано: *И.И. Козырева*
И.И. Козырева



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

20.11.2023 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,51	6	15,18	137
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,87	1	12,76	98,9
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	7,23	7	44,17	309,7
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	60	13,3	3	6,5	141,3
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	161,6
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.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		535	23,77	12	84,46	612,7
Полдник						
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165,9
904	Соус молочный (сладкий)	30	0,59	2	4,03	32,6
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		270	17,09	13	31,38	338,6
Итого за день		1 250	48,09	32	171,21	1 308,5

И.И. Козырева



Согласовано:


Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

21.11.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	10,2	12	84,91	432,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
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	0,12	1	1,16	11,1
1 032	Каша гречневая вязкая*	120	3,23	3	16,64	136,8
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		715	21,8	18	100,53	698,5
<u>Полдник</u>						
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		280	13,29	7	40,51	284,6
Итого за день		1 510	45,29	37	237,15	1 462,7

—  —



Согласовано:

Зав. Курсы
№ - 01.11.2023

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



21.11.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 с 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	6,23	6	44,76	203,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	8,64	11	71,33	371,6
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,51	2	14,22	78,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
827	Биточек мясной рубленый	60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
1 032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	125,4
397	Кисель из сухофруктов	150	0,21		27,96	113,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		585	18,81	17	92,88	633,8
Полдник						
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	50	7,67	5	5,9	98,9
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		225	9,81	5	32,67	221
Итого за день		1 255	37,26	33	208,08	1 273,9

С



Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

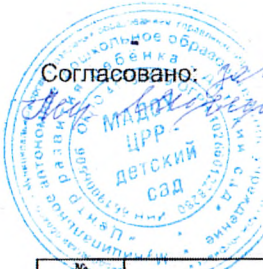


Ю.Козырева

22.11.2023 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	200	7,48	5	27,11	187,9
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	12,5	8	59,41	369,5
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
444,01	Плов со свининой	150	9,35	18	35,38	338,1
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		605	15,33	22	94,38	671,8
Полдник						
1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		255	19,27	15	37,56	366,6
Итого за день		1 375	47,5	45	201,15	1 454,9



Согласовано:

Ю. Козырева

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



22.11.2023 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,98	4	21,69	150,3
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	11	7	51,6	322,3
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
444,01	Плов со свиной	130	8,11	15	30,67	293,1
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		485	11,95	19	73,12	535,5
<u>Полдник</u>						
1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		250	18,86	15	35,12	354,5
Итого за день		1 180	42,21	41	169,64	1 259,3

Ю. Козырева



Согласовано: [Signature]

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
[Signature] О.Ю.Козырева

23.11.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	10,09	16	58,86	531,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	200	3,28	6	14,74	123
437,01	Гуляш из мяса свинины	70	9,35	17	2,72	192,5
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		660	20,81	30	82,89	710,6
<u>Полдник</u>						
972	Омлет натуральный*	70	7,04	9	1,29	112,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		275	9,11	9	27,23	231,8
Итого за день		1 450	40,01	55	180,18	1 521,2

[Signature]



Согласовано:

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

О.Ю.Козырева

23.11.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96	192
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06	142,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	8,67	15	50,61	454,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшеничной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,2
437,01	Гуляш из мяса свинины	60	8,01	15	2,33	165
1 032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	125,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		535	16,86	24	65,46	577,5
<u>Полдник</u>						
972	Омлет натуральный*	60	6,03	7	1,11	96,1
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		230	7,69	7	22,22	194,1
Итого за день		1 210	33,22	46	149,49	1 273,9

Согласовано:

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

24.11.2023 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	5,42	6	33,83	176
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		415	10,44	9	66,13	357,6
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 063	Тефтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
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
Итого за Обед		705	20,29	16	95,73	621
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		230	9,59	9	30,69	212,3
Итого за день		1 450	40,32	34	203,75	1 238,4



Согласовано:

Завтрак
Я. В. Виноградова
18.11.2023

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

Ю. Ю. Козырева



24.11.2023 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-дыг	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	160	4,34	5	27,07	140,8
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Завтрак		345	9,36	8	56,98	312,8
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,24	4	6,06	63,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 063	Тефтели рыбные.	60	7,59	4	7,89	93,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14	128
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		570	15,8	13	72,29	477,1
Полдник						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		200	8,72	8	29,28	194,3
Итого за день		1 215	33,88	29	169,75	1 031,7

Ю. Ю. Козырева