

Согласовано:



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



04.12.2023 (понедельник)

**Красноуфимск 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>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>425</b>	<b>8,73</b>	<b>8</b>	<b>51,62</b>	<b>365</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>690</b>	<b>29,3</b>	<b>14</b>	<b>111,09</b>	<b>784,1</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>310</b>	<b>18,77</b>	<b>14</b>	<b>37,67</b>	<b>380,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 525</b>	<b>56,8</b>	<b>36</b>	<b>211,58</b>	<b>1 577,4</b>

Согласовано:

И.А. Зав. отделом  
Сав. И.И. Зав. отделом  
И.И. Зав. отделом

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор



Ю.Козырева

04.12.2023 (понедельник)

### Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>7,23</b>	<b>7</b>	<b>44,17</b>	<b>309,7</b>

#### Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>

#### 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>535</b>	<b>23,77</b>	<b>12</b>	<b>84,46</b>	<b>612,7</b>

#### 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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>270</b>	<b>17,09</b>	<b>13</b>	<b>31,38</b>	<b>338,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 250</b>	<b>48,09</b>	<b>32</b>	<b>171,21</b>	<b>1 308,5</b>



Согласовано:

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

05.12.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

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

Завтрак

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>10,2</b>	<b>12</b>	<b>84,91</b>	<b>432,1</b>

Завтрак 2

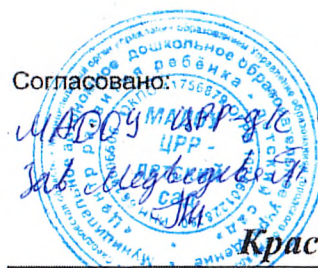
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>

Обед

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>715</b>	<b>21,8</b>	<b>18</b>	<b>100,53</b>	<b>698,5</b>

Полдник

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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>280</b>	<b>13,29</b>	<b>7</b>	<b>40,51</b>	<b>284,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 510</b>	<b>45,29</b>	<b>37</b>	<b>237,15</b>	<b>1 462,7</b>



Согласовано:

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

05.12.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>8,64</b>	<b>11</b>	<b>71,33</b>	<b>371,6</b>

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>585</b>	<b>18,81</b>	<b>17</b>	<b>92,88</b>	<b>633,8</b>

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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>225</b>	<b>9,81</b>	<b>5</b>	<b>32,67</b>	<b>221</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 255</b>	<b>37,26</b>	<b>33</b>	<b>208,08</b>	<b>1 273,9</b>



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

06.12.2023 (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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>12,5</b>	<b>8</b>	<b>59,41</b>	<b>369,5</b>

#### Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>

#### 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 свиной	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>605</b>	<b>15,33</b>	<b>22</b>	<b>94,38</b>	<b>671,8</b>

#### 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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>255</b>	<b>19,27</b>	<b>15</b>	<b>37,56</b>	<b>366,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 375</b>	<b>47,5</b>	<b>45</b>	<b>201,15</b>	<b>1 454,9</b>



Согласовано:

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

06.12.2023 (среда)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>51,6</b>	<b>322,3</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>485</b>	<b>11,95</b>	<b>19</b>	<b>73,12</b>	<b>535,5</b>
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>18,86</b>	<b>15</b>	<b>35,12</b>	<b>354,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 180</b>	<b>42,21</b>	<b>41</b>	<b>169,64</b>	<b>1 259,3</b>

Согласовано:



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



07.12.2023 (четверг)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-пы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>10,09</b>	<b>16</b>	<b>58,86</b>	<b>531,3</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшениной "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
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>20,81</b>	<b>30</b>	<b>82,89</b>	<b>710,6</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>9,11</b>	<b>9</b>	<b>27,23</b>	<b>231,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 450</b>	<b>40,01</b>	<b>55</b>	<b>180,18</b>	<b>1 521,2</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

07.12.2023 (четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 з 163 руб**

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

Завтрак

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>8,67</b>	<b>15</b>	<b>50,61</b>	<b>454,8</b>

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>

Обед

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>535</b>	<b>16,86</b>	<b>24</b>	<b>65,46</b>	<b>577,5</b>

Полдник

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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>7,69</b>	<b>7</b>	<b>22,22</b>	<b>194,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>33,22</b>	<b>46</b>	<b>149,49</b>	<b>1 273,9</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

08.12.2023 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 184 руб**

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

**Завтрак**

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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>10,44</b>	<b>9</b>	<b>66,13</b>	<b>357,6</b>

**Завтрак 2**

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>

**Обед**

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>705</b>	<b>20,29</b>	<b>16</b>	<b>95,73</b>	<b>621</b>

**Полдник**

920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>9,59</b>	<b>9</b>	<b>30,69</b>	<b>212,3</b>
<b>Итого за день.</b>		<b>1 450</b>	<b>40,32</b>	<b>34</b>	<b>203,75</b>	<b>1 238,4</b>



Согласовано:

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

08.12.2023 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 163 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>9,36</b>	<b>8</b>	<b>56,98</b>	<b>312,8</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>570</b>	<b>15,8</b>	<b>13</b>	<b>72,29</b>	<b>477,1</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,72</b>	<b>8</b>	<b>29,28</b>	<b>194,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>33,88</b>	<b>29</b>	<b>169,75</b>	<b>1 031,7</b>