

Согласовано:



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



15.01.2024 (понедельник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>7,88</b>	<b>8</b>	<b>47,37</b>	<b>339,1</b>
<b>Завтрак 2</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>Обед</b>						
1 016	Суп-поре 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
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>26,02</b>	<b>13</b>	<b>92,2</b>	<b>685,6</b>
<b>Полдник</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	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>17,96</b>	<b>14</b>	<b>32,79</b>	<b>356,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 465</b>	<b>51,86</b>	<b>35</b>	<b>183,56</b>	<b>1 428,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

15.01.2024 (понедельник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**

№	Именное блюдо	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>335</b>	<b>6,38</b>	<b>7</b>	<b>39,92</b>	<b>283,8</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**

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
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>505</b>	<b>21,3</b>	<b>11</b>	<b>70,45</b>	<b>538,4</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>1 210</b>	<b>44,77</b>	<b>31</b>	<b>152,95</b>	<b>1 208,3</b>

Согласовано:

ИАОУ ЧРР-ДК  
Зав. Мухомедов Д.И.



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



16.01.2024 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>9,67</b>	<b>13</b>	<b>82,73</b>	<b>425,1</b>
<b>Завтрак 2</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>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
1 113	Суп каргофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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	3,73	3	16,64	136,8
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>710</b>	<b>22,11</b>	<b>19</b>	<b>96</b>	<b>685,2</b>
<b>Полдник</b>						
1 182	Манник	60	4,01	5	37	207,1
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>4,09</b>	<b>5</b>	<b>55,23</b>	<b>278,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 460</b>	<b>35,87</b>	<b>37</b>	<b>245,16</b>	<b>1 436,7</b>

Согласовано:

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

16.01.2024 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>335</b>	<b>7,79</b>	<b>11</b>	<b>67,08</b>	<b>345,7</b>
<b>Завтрак 2</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>Обед</b>						
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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>585</b>	<b>19,52</b>	<b>18</b>	<b>90,79</b>	<b>632,6</b>
<b>Полдник</b>						
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>3,42</b>	<b>4</b>	<b>46,03</b>	<b>232,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>30,73</b>	<b>33</b>	<b>215,1</b>	<b>1 258,3</b>



Согласовано:

МАДОУ ЦРР  
Зав. Метод. каб. Т.И.И.



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

17.01.2024 (среда)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	200	7,48	5	27,11	187,9
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>12,48</b>	<b>8</b>	<b>57,89</b>	<b>363,2</b>
<u>Завтрак 2</u>						
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>
<u>Обед</u>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 018	**Плов со свиной	150	9,57	18	35,19	352,3
925	Напиток апельсиновый или	180	0,18		23,16	94,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>570</b>	<b>15,7</b>	<b>21</b>	<b>88,58</b>	<b>652,7</b>
<u>Полдник</u>						
1 066	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>18,38</b>	<b>16</b>	<b>34,18</b>	<b>346,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 310</b>	<b>46,96</b>	<b>45</b>	<b>190,45</b>	<b>1 409,8</b>





Согласовано:

*МАСОВ ЦРР-9/к*  
*Зав. Шейкина Е.В. Ш.к.*  
*Ш.*

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



18.01.2024 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>11,78</b>	<b>16</b>	<b>54,87</b>	<b>512,6</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
437,06	**Гуляш из мяса свинины	70	7,99	20	2,85	217,2
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	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>645</b>	<b>18,2</b>	<b>32</b>	<b>76,33</b>	<b>697,3</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	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>8,7</b>	<b>9</b>	<b>24,79</b>	<b>219,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 430</b>	<b>38,68</b>	<b>57</b>	<b>167,19</b>	<b>1 477,1</b>

*С*



Согласовано:

МАРУСЬ ИРР-9/16  
Зав. лабораторией Т.И.  
ДМ



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

18.01.2024 (четверг)

### Красноуфимск Яс 1-3 з 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96	192
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06	142,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>10,36</b>	<b>15</b>	<b>46,62</b>	<b>436,1</b>
<b>Завтрак 2</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>Обед</b>						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 018	Суп с крупой пшениш "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,2
437,06	**Гуляш из мяса свинины	60	6,85	17	2,44	186,2
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.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>15,27</b>	<b>26</b>	<b>63,44</b>	<b>585,7</b>
<b>Полдник</b>						
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>1 205</b>	<b>33,32</b>	<b>48</b>	<b>143,48</b>	<b>1 263,4</b>





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

19.01.2024 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ рецептур	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	30	5	3	16,41	117,8
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>10,5</b>	<b>9</b>	<b>68,47</b>	<b>365,6</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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>675</b>	<b>18,55</b>	<b>16</b>	<b>79,32</b>	<b>546,4</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>1 415</b>	<b>38,64</b>	<b>34</b>	<b>189,68</b>	<b>1 171,8</b>

Согласовано:

*МАРОВА ИРРА-ЮК*  
*Зав. складом питания*  
*И.И.*



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



19.01.2024 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</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
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>335</b>	<b>8,58</b>	<b>8</b>	<b>55,95</b>	<b>298,9</b>
<b>Завтрак 2</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>Обед</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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
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
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>560</b>	<b>15,72</b>	<b>14</b>	<b>65,01</b>	<b>452,6</b>
<b>Полдник</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>1 195</b>	<b>33,02</b>	<b>30</b>	<b>161,44</b>	<b>993,3</b>

*[Handwritten signature]*