

Согласовано:



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



19.02.2024 (понедельник)

## Краснофимск ДОУ 3-7 л 195 руб

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

### Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
97	Сыр (порциями)	10	2,6	3		35,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>9,73</b>	<b>13</b>	<b>50,16</b>	<b>406,2</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

1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	10,79	92,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
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>680</b>	<b>22,92</b>	<b>21</b>	<b>98,59</b>	<b>685</b>

### Полдник

1 297	Запеканка из творога с рисом	70	7,73	5	10,7	127,7
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
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>290</b>	<b>9,79</b>	<b>7</b>	<b>36,89</b>	<b>257</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 480</b>	<b>42,84</b>	<b>41</b>	<b>195,44</b>	<b>1 395,2</b>

Согласовано:

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

19.02.2024 (понедельник)

**Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб**

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

**Завтрак**

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96	192
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
97	Сыр (порциями)	5	1,3	1		17,6
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12,89	66
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>335</b>	<b>7,38</b>	<b>10</b>	<b>42,35</b>	<b>327,4</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**

1 175	Рассольник домашний со сметаной	150	1,43	4	8,09	69,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	161,6
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>525</b>	<b>19,05</b>	<b>18</b>	<b>87,22</b>	<b>587,9</b>

**Полдник**

1 297	Запеканка из творога с рисом	50	5,52	4	7,64	91,2
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
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>240</b>	<b>7,58</b>	<b>5</b>	<b>31,44</b>	<b>210,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>34,41</b>	<b>33</b>	<b>170,81</b>	<b>1 173,2</b>

Согласовано



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



20.02.2024 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 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	136,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>11,38</b>	<b>19</b>	<b>53,87</b>	<b>470,4</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**

999	Капуста тушеная	40	0,96	2	3,8	34,1
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,93	2	13,74	107,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 063	Тефтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
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>680</b>	<b>19,2</b>	<b>14</b>	<b>87,31</b>	<b>588,1</b>

**Полдник**

972	Омлет натуральный*	70	7,04	9	1,29	112,1
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
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>290</b>	<b>8,7</b>	<b>9</b>	<b>26,39</b>	<b>226</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 480</b>	<b>39,28</b>	<b>42</b>	<b>178,77</b>	<b>1 332</b>

Согласовано

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

20.02.2024 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 з 173 руб**

№ порции	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	114
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>9,89</b>	<b>16</b>	<b>46,79</b>	<b>406,7</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**

999	Капуста тушеная	30	0,72	1	2,85	25,6
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 063	Тефтели рыбные.	60	7,59	4	7,89	93,9
995	Пюре картофельное	110	2,42	4	16,2	108,3
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
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>535</b>	<b>15,91</b>	<b>12</b>	<b>69,62</b>	<b>470,5</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>1 220</b>	<b>33,49</b>	<b>35</b>	<b>149,83</b>	<b>1 118,8</b>





Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева

21.02.2024 (среда)

**Красноуфимск Яс 1-3 з 173 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
883	Каша пшениная молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,64	7	25,44	192
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
810	Бутерброд с сыром	25	2,8	2	10,28	70
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>335</b>	<b>7,44</b>	<b>9</b>	<b>47,7</b>	<b>309,9</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>						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 033	Свекольник со сметаной	150	1,73	2	14,19	82
1 054	Котлета Детская мясная	60	9,33	8	9,59	150,8
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	110	2,45	3	25,67	161,7
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.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>550</b>	<b>16,74</b>	<b>16</b>	<b>86,65</b>	<b>590</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	7,98	118,5
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
1 147	Хлеб ржаной.	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>272,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 225</b>	<b>37,7</b>	<b>35</b>	<b>172,99</b>	<b>1 219,5</b>







**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386432

Владелец Медведева Татьяна Михайловна

Действителен с 16.08.2024 по 16.08.2025