

Согласовано



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



10.06.2024 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

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

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	3,78	8	23,58	216
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	200	1,36	2	17,18	88,1
Итого за Завтрак		410	9,44	14	49,26	391,1

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

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	130	5,13	4	31,17	191
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,05		20,7	83,3
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		640	22,13	20	91,5	646,4

Полдник

1 297	Запеканка из творога с рисом	70	7,73	6	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
Итого за Полдник		290	9,79	7	36,89	257
Итого за день		1 440	41,36	41	188,85	1 342

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано



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



10.06.2024 (понедельник)

Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн 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	180	1,23	1	15,46	79,2
Итого за Завтрак		365	7,59	10	44,92	340,6

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

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
Итого за Обед		525	19,05	18	87,22	587,9

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
Итого за Полдник		240	7,58	5	31,44	210,9
Итого за день		1 230	34,22	33	174,78	1 186,9

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано:



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



11.06.2024 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
846	Капша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	180	5,45	8	25,67	198,3
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
Итого за Завтрак		390	10,78	18	51,02	448,4
<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>						
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	130	2,87	5	19,22	134,3
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
Итого за Обед		660	18,78	14	84,44	574,7
<u>Полдник</u>						
678	Шарлотка с яблоками	50	2,19	3	17,77	109
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
Итого за Полдник		250	2,19	3	33,74	172,8
Итого за день		1 400	32,15	35	179	1 242,9

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю. Козырева

11.06.2024 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	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
Итого за Завтрак		355	9,89	16	46,79	406,7

Завтрак 2

674	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
Итого за Завтрак 2		100	0,38		15,97	71,2

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	2,43	4	16,26	113,6
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
Итого за Обед		535	15,92	12	69,68	475,8

Полдник

678	Шарлотка с яблоками	50	2,19	3	17,77	109
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
Итого за Полдник		230	2,19	3	32,14	166,5
Итого за день		1 220	28,38	31	164,58	1 170,2

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано



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



13.06.2024 (четверг)

Краснофимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	9	16,82	198,2
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
Итого за Завтрак		410	14,75	19	42,17	448,3
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
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
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*	130	3,5	4	18,03	148,2
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		675	26,81	19	96,45	710,1
Полдник						
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	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		270	6,57	6	37,87	240,5
Итого за день		1 455	48,13	44	187,69	1 446,4

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано



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



13.06.2024 (четверг)

Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	170	8	8	14,29	168,5
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
Итого за Завтрак		345	12,44	16	35,41	376,9
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
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
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	136,8
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
Итого за Обед		565	22,15	16	78,96	595,9
Полдник						
892	Омлет с картофелем	60	4,1	5	5,78	85,1
699	Напиток лимонный	180	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		270	5,87	5	33,23	211,1
Итого за день		1 240	40,46	37	158,8	1 231,4

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано



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



14.06.2024 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

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

Завтрак

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,73	5	24,4	169,1
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	30	5,04	3	18,5	126
Итого за Завтрак		390	15,25	11	60,97	466,1

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	200	3,28	6	14,74	123
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
995	Пюре картофельное	130	2,87	5	19,22	134,3
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
Итого за Обед		655	20,21	19	84,19	598,1

Полдник

920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
1 109	Шаньга с картофелем	50	3,11	10	19,32	177,7
Итого за Полдник		250	8,91	16	28,72	297,7
Итого за день		1 395	44,37	46	185,08	1 409,4

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано:

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

14.06.2024 (пятница)

Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб

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

Завтрак

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	5,61	4	20,33	140,9
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	25	4,2	3	15,42	105
Итого за Завтрак		355	13,29	10	53,82	416,9

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

836	Огурцы свежие порционно	20	0,16		2,52	11
1 018	Суп с крупой пшеничной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,2
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	50	7,67	5	5,9	98,9
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
995	Пюре картофельное	110	2,43	4	16,26	113,6
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
Итого за Обед		530	15,45	14	69,16	480

Полдник

920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
1 109	Шаньга с картофелем	50	3,11	10	19,32	177,7
Итого за Полдник		200	7,46	15	26,37	267,7
Итого за день		1 185	36,2	39	160,55	1 212,1

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

