



Согласовано:

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

05.08.2024 (понедельник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход л	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн 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	9,7	51,8
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>9,53</b>	<b>14</b>	<b>50,46</b>	<b>392,2</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

1 175	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	16,89	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	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>640</b>	<b>22,78</b>	<b>21</b>	<b>90,18</b>	<b>654,4</b>

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	1,07		4,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>290</b>	<b>10,05</b>	<b>7</b>	<b>36,36</b>	<b>260,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 440</b>	<b>42,36</b>	<b>42</b>	<b>188,2</b>	<b>1 354,3</b>

Главный  
 экономист

Заведующий  
 производством

Медицинский  
 кабинет



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

05.08.2024 (понедельник)

**Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб**

рецептурный №	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	30,96	192
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
97	Сыр (порциями)	5	1,35	1		18,2
854	Чай с молоком	180	1,25	1	15,46	79,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>7,64</b>	<b>10</b>	<b>46,12</b>	<b>341,2</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**

1 175	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	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>19,57</b>	<b>19</b>	<b>86,16</b>	<b>594,3</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	1,07		4,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>7,84</b>	<b>5</b>	<b>30,91</b>	<b>214,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 230</b>	<b>35,05</b>	<b>34</b>	<b>174,39</b>	<b>1 197,1</b>

Главный  
технолог

Заведующий  
производством

\_\_\_\_\_

Медицинский  
кабинет



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



06.08.2024 (вторник)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	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>390</b>	<b>10,78</b>	<b>18</b>	<b>51,02</b>	<b>448,4</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

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	199,5
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	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>19,43</b>	<b>15</b>	<b>83,12</b>	<b>582,7</b>

#### Полдник

678	Шарлотка с яблоками	50	2,19	3	17,77	109
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>2,19</b>	<b>3</b>	<b>33,74</b>	<b>172,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 400</b>	<b>32,8</b>	<b>36</b>	<b>177,68</b>	<b>1 250,9</b>

Главный  
технолог

Заведующий  
производством

Медицинская  
сестра

Согласовано:



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



06.08.2024 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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**

674	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,38</b>		<b>15,97</b>	<b>71,2</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	2,43	4	16,26	113,7
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>535</b>	<b>16,44</b>	<b>13</b>	<b>68,62</b>	<b>482,3</b>

**Полдник**

678	Шарлотка с яблоками	50	2,19	3	17,77	109
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>2,19</b>	<b>3</b>	<b>32,14</b>	<b>166,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>28,9</b>	<b>32</b>	<b>163,52</b>	<b>1 126,7</b>

Главный технолог

Технический специалист  
 \_\_\_\_\_

Медицинская сестра  
 \_\_\_\_\_



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

07.08.2024 (среда)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

рецептурный	Наименование блюда	Выход л	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

#### Завтрак

883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	32,21	218,3
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
810	Бутерброд с сыром	30	5,04	3	18,5	126
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>11,51</b>	<b>10</b>	<b>66,68</b>	<b>408,1</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

855	Помидоры порционно	30	0,33		4,13	37,1
1 033	Свеклольник со сметаной	180	2,07	2	17,03	98,4
1 054	Котлета Детская мясная	70	11,19	19	8,31	249,7
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
512	Рис припущенный	130	2,9	4	30,34	191,1
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>645</b>	<b>20,56</b>	<b>27</b>	<b>100,42</b>	<b>785,4</b>

#### Полдник

938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
920	Молоко кипяченое	200	3,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>8,95</b>	<b>9</b>	<b>42,7</b>	<b>293,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 405</b>	<b>41,02</b>	<b>46</b>	<b>221</b>	<b>1 534,5</b>

Главный  
учетчик

Заведующий  
производством

Медицинский  
кабинет

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

*М.В.В.В.В. 4 ПР-9/к*  
*Зав. Школы № 1*  
*А.А.А.А.А.*



О.Ю. Козырева

07.08.2024 (среда)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**

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

**Завтрак**

883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6	28,63	194,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
810	Бутерброд с сыром	25	4,2	3	15,42	105
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>9,95</b>	<b>9</b>	<b>58,42</b>	<b>356,6</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**

835	Помидоры порционно	30	0,33		4,13	47,1
1 033	Свекольник со сметаной	150	1,73	2	14,19	82
1 054	Котлета Детская мясная	60	9,59	16	7,12	214
824	Соус белый основной	20	0,15	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	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>550</b>	<b>17,57</b>	<b>23</b>	<b>85,42</b>	<b>672,8</b>

**Полдник**

938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	5	33,3	173,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>8</b>	<b>40,35</b>	<b>263,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>35,02</b>	<b>40</b>	<b>195,39</b>	<b>1 340,4</b>

Главный врач

*[Signature]*

Заведующий предприятием

Медицинская сестра



Согласовано:

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

08.08.2024 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
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
<i>Завтрак 2</i>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<i>Обед</i>						
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	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		675	27,46	20	95,13	718,1
<i>Полдник</i>						
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	1,07		4,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		270	6,85	6	37,34	243,7
Итого за день		1 455	49,04	45	183,84	1 457,6

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра



Согласовано:

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

08.08.2024 (четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
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
<i>Завтрак 2</i>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<i>Обед</i>						
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	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		565	22,67	17	77,9	602,3
<i>Полдник</i>						
892	Омлет с картофелем	60	4,1	5	5,78	85,1
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		4,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник		230	6,13	5	32,7	214,3
Итого за день		1 240	41,24	38	157,21	1 241

Главный технолог

Заведующий производством

Медицинская сестра

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

09.08.2024 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ п/п рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>390</b>	<b>15,25</b>	<b>11</b>	<b>60,97</b>	<b>466,1</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**

836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3,78	16,5
1 018	Суп с крупой пшеничной "Волна" со	200	3,28	6	14,74	123
1 028.04	Котлета рыбная Солнышко	70	16,74	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	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>665</b>	<b>20,94</b>	<b>20</b>	<b>84,13</b>	<b>611,6</b>

**Полдник**

1 109	Шаньга с картофелем	50	3,11	10	19,32	177,7
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>8,91</b>	<b>16</b>	<b>28,72</b>	<b>297,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 405</b>	<b>45,1</b>	<b>47</b>	<b>185,02</b>	<b>1 422,9</b>

Главный  
бухгалтер

Заведующий  
производством

\_\_\_\_\_

Медицинская  
сестра



Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

09.08.2024 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-дат	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>13,29</b>	<b>10</b>	<b>53,82</b>	<b>416,9</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>						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3,78	16,5
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,3
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	113,7
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,35	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>16,05</b>	<b>15</b>	<b>69,36</b>	<b>492,1</b>
<b>Полдник</b>						
1 109	Шаньга с картофелем	50	3,11	10	19,32	177,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>7,46</b>	<b>15</b>	<b>26,37</b>	<b>267,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 195</b>	<b>36,8</b>	<b>40</b>	<b>160,75</b>	<b>1 224,2</b>

Главный бухгалтер

Заведующая производством

\_\_\_\_\_

Медицинская сестра