

Согласовано



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



19.08.2024 (понедельник)

### Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1

№ рецептурное	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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>
<u>Обед</u>						
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	2,68	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>
<b>Итого за день</b>		<b>1 050</b>	<b>32,31</b>	<b>35</b>	<b>140,64</b>	<b>1 046,6</b>

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.08.2024 (вторник)

**Краснофимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1**

№ порции	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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>

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	130	2,87	5	19,22	134,3
699	Напиток лимонный	180	0,15		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржапой.	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>
<b>Итого за день</b>		<b>1 050</b>	<b>30,21</b>	<b>33</b>	<b>134,14</b>	<b>1 031,1</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



21.08.2024 (среда)

**Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1**

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

Завтрак

883	Каша пшениная 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>

Обед

835	Помидоры порционно	30	0,33		4,13	37,1
1 033	Свекольник 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>
<b>Итого за день</b>		<b>1 055</b>	<b>32,07</b>	<b>37</b>	<b>167,1</b>	<b>1 193,5</b>

Согласовано



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

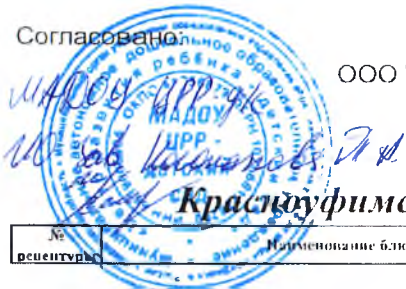


22.08.2024 (четверг)

**Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1**

рецепт №	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>14,75</b>	<b>19</b>	<b>42,17</b>	<b>448,3</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>675</b>	<b>27,46</b>	<b>20</b>	<b>95,13</b>	<b>718,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 085</b>	<b>42,21</b>	<b>39</b>	<b>137,3</b>	<b>1 166,4</b>

Согласовано:



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



23.08.2024 (пятница)

**Краснодифимек ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭП 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>

**Обед**

836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3,78	16,5
1 018	Суп с крупой пшениной "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	2,68	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>
<b>Итого за день</b>		<b>1 055</b>	<b>36,19</b>	<b>31</b>	<b>145,1</b>	<b>1 077,7</b>

