

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю. Козырева

30.09.2024 (понедельник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	3,78	8	23,38	216
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	200	1,36	2	20	88,1
Итого за Завтрак		410	9,53	14	55,28	392,2
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	5,61	4	35,5	184,4
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,05		20,7	83,3
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		640	23,26	21	97,01	647,8
Итого за день		1 050	32,79	35	152,29	1 040

Согласовано:

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

01.10.2024 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1

№	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	180	3,45	4	12,94	136,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
Итого за Завтрак		390	10,48	20	49,02	453,6

Обед

999	Капуста тушеная	40	0,96	2	3,8	34,1
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,97	2	14,04	85
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	9	32,22	199,3
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		660	19,47	19	98,92	623,2
Итого за день		1 050	29,95	39	147,94	1 078,8

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

02.10.2024 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенинная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	5	32,21	218,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		410	10,66	8	58,5	370,8
Обед						
835	Помидоры порционно	30	0,33		4,13	37,1
1 033	Свекольник со сметаной	180	2,07	2	17,03	98,4
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9	11,19	170,4
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
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	13,38	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		645	20,41	17	106,41	711,3
Итого за день		1 055	31,07	25	164,91	1 082,1

(Handwritten signature)

Согласовано:

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

03.10.2024 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	1,58	8	10,41	118,5
Итого за Завтрак		410	14,45	21	40,17	453,5

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1 049	Суп-шоре 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	22,1	148,2
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		675	27,46	22	101,7	718,1
Итого за день		1 085	41,91	43	141,87	1 171,6

Согласовано



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



04.10.2024 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 138 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,73	7	24,4	169,1
919	Какао с молоком	180	7,08	4	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		390	18	14	52,76	428,8
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	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	9	32,22	199,3
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед		665	20,94	24	98,85	676,6
Итого за день		1 055	38,94	38	151,61	1 105,4

