

Согласовано:



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



09.12.2024 (понедельник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	3,78	8	23,58	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
<b>Итого за Завтрак</b>		410	9,53	14	55,28	392,2
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b><u>Обед</u></b>						
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	10,79	92,4
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
<b>Итого за Обед</b>		640	23,26	21	97,01	647,8
<b><u>Полдник</u></b>						
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			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		290	10,05	7	37,39	260,2
<b>Итого за день</b>		1 440	42,84	42	200,88	1 347,7

Согласовано



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



09.12.2024 (понедельник)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	3,36	7	20,96	192
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
97	Сыр (порциями)	5	1,35	1		18,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	18	79,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>7,64</b>	<b>10</b>	<b>50,66</b>	<b>341,2</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>						
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	4,75	3	30,04	156
397	Кисель из сухофруктов	150	0,21		27,96	113,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>19,98</b>	<b>18</b>	<b>91,83</b>	<b>588,7</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
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			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	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>31,93</b>	<b>214,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 230</b>	<b>35,46</b>	<b>33</b>	<b>185,62</b>	<b>1 191,5</b>



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

10.12.2024 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
808.07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	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>
<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>						
999	Кануста 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	3,86	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>19,47</b>	<b>19</b>	<b>98,92</b>	<b>625,2</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14	169,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>3,19</b>	<b>4</b>	<b>46,14</b>	<b>233,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 400</b>	<b>33,44</b>	<b>41</b>	<b>207,28</b>	<b>1 354,4</b>

Согласовано.

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

10.12.2024 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб**



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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
808,07	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>
<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>						
999	Капуста тушеная	30	0,72	1	2,85	25,6
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	10,53	63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 063	Тефтели рыбные.	60	7,59	4	7,88	93,9
995	Пюре картофельное	116	2,43	8	27,26	168,7
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>535</b>	<b>16,47</b>	<b>17</b>	<b>81,83</b>	<b>520,3</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14	169,5
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>3,19</b>	<b>4</b>	<b>44,54</b>	<b>227</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 220</b>	<b>29,55</b>	<b>37</b>	<b>184,36</b>	<b>1 201,5</b>

Согласовано



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



11.12.2024 (среда)

### Краснофимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
883	Каша пшеничная 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
<b>Итого за Завтрак</b>		410	10,66	8	58,5	370,8
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	73,3
<b><u>Обед</u></b>						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
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
<b>Итого за Обед</b>		645	20,7	19	106	709
<b><u>Полдник</u></b>						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
920	Молоко кипяченное	200	5,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		250	8,95	9	42,7	293,5
<b>Итого за день</b>		1 405	40,71	36	217	1 446,6



Согласовано:

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



11.12.2024 (среда)

### Красноуфимск Яс 1-3 с 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
883	Каша пшениная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	5	28,63	194,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
<b>Итого за Завтрак</b>		365	9,24	8	51,6	325,5
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	73,3
<b><u>Обед</u></b>						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
1 033	Свекольник со сметаной	150	1,73	2	14,19	82
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	60	9,33	8	9,59	146,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
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	10,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Обед</b>		550	17,75	17	90,09	607,8
<b><u>Полдник</u></b>						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		200	7,5	8	40,35	263,5
<b>Итого за день</b>		1 215	34,89	33	191,84	1 270,1

Согласовано



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



12.12.2024 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	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>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>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	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	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>675</b>	<b>27,46</b>	<b>22</b>	<b>101,7</b>	<b>718,1</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
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		5,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>270</b>	<b>6,83</b>	<b>6</b>	<b>38,34</b>	<b>243,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 455</b>	<b>49,04</b>	<b>47</b>	<b>193,41</b>	<b>1 457,6</b>







Согласовано:



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



13.12.2024 (пятница)

## Краснофимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	5,61	6	20,33	140,9
919	Какао с молоком	180	7,08	4	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>16,18</b>	<b>13</b>	<b>46,97</b>	<b>385,8</b>
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>12,81</b>	<b>60,3</b>
<u>Обед</u>						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,3
1 699,05	**Фигурки рыбные	50	7,32	11	3,62	139,6
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
995	Пюре картофельное	110	2,43	8	27,26	168,7
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		5,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>16,39</b>	<b>25</b>	<b>79,85</b>	<b>583,3</b>
<u>Полдник</u>						
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,13</b>	<b>11</b>	<b>37,98</b>	<b>287</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 195</b>	<b>41,04</b>	<b>49</b>	<b>177,61</b>	<b>1 316,4</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386432

Владелец Медведева Татьяна Михайловна

Действителен с 16.08.2024 по 16.08.2025