

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

28.04.2025 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
693	Батон	40	2	1	16,66	104,3
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	11	0,2	99,2
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	250	8,41	11	35,99	276,8
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
976,03	Фрукт (яблоко)	120	0,48		11,76	56,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>625</b>	<b>12,37</b>	<b>24</b>	<b>80,61</b>	<b>624,8</b>
<b>Обед</b>						
817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28	128
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 027,12	Биточки с адыгейским сыром @	90	12,61	9	8,88	152,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	8,63	4	51,61	283,7
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>885</b>	<b>29,89</b>	<b>29</b>	<b>134,64</b>	<b>970,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 510</b>	<b>42,26</b>	<b>53</b>	<b>215,25</b>	<b>1 595,2</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

29.04.2025 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
604	Кукуруза отварная	50	5,67	3	8	67,4
1 069	Суфле из рыбы	100	18,47	4	7,74	147,1
995	Пюре картофельное	180	3,97	10	32,61	252
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>30,76</b>	<b>18</b>	<b>77,1</b>	<b>604,4</b>
<b>Обед</b>						
520	Икра овощная свекольная	100	1,37	8	9,23	111,1
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 025,05	Жаркое по-домашнему из свинины @	280	17,01	39	34,73	557,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>30,93</b>	<b>50</b>	<b>115,41</b>	<b>1 043,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 435</b>	<b>61,69</b>	<b>68</b>	<b>192,51</b>	<b>1 647,9</b>

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

30.04.2025 (среда)

## Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
97	Сыр (порциями)	20	5,38	6		72,6
693	Батон	50	2,5	1	20,83	130,4
814	Икра овощная морковная	100	0,93	6	14,44	79,7
972	Омлет натуральный	200	14,78	13	17,03	293,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		570	23,59	26	63,27	636,3
<b><u>Обед</u></b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	14	7,4	97
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 027,16	Котлета куриная Особая @	100	13,33	11	8	180
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,07	14	53,13	321,1
930	Напиток Ягодка 200	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		905	34,46	49	124,76	954,3
<b>Итого за день</b>		1 475	58,05	75	188,03	1 590,6