Согласовано:

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

13.10.2025

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

	1 21					_		
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ ккал		
Завтрак								
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная	250	8,41	11	35,99	276,8		
1 220 24	с маслом сливочным		2.1	2	4.00	565		
1 330,24	Оладьи_@	55	2,1	3	4,88	56,5		
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3		
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89		
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2		
	Итого за Завтрак	565	17,38	21	81,09	596,8		
<u>Обед</u>								
992	Салат из белокочанной капусты с	100	1.5	5	9,12	89		
	огурцом, Здоровье	100	,-		,			
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6		
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40		
1 027,13	Котлета Деревенская_@	90	14,69	12	8,5	199,9		
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1		
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1		
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3		
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8		
	Итого за Обед	875	33,47	30	133,34	947,8		
	Итого за день	1 440	50,85	51	214,43	1 544,6		

Согласовано:

Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания"

выстренного В.Ю.Козырева

14.10.2025

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347,65 р

	триснотурвинск ш з 3-11	KOM	risie	AC J	77,0	o p
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- лы г	ЭЦ ккал
	<u>Завтрак</u>					
1 076	Печень по-строгановски	100	12,6	13	2,6	180
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
	Итого за Завтрак	610	23,91	19	89,05	654,1
	<u>Обед</u>					
836	Огурцы свежие порционно	45	0,36		1,26	6,8
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 237	Птица запеченная	90	20,68	35	1,1	340,9
995	Пюре картофельное	200	4,35	7	29,37	195,9
932	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	840	33,42	52	75,48	835,8
	Итого за день	1 450	57,33	71	164,53	1 489,9

Согласовано:

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

15.10.2025

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ ккал		
рецентуры	Завтрак							
1 163	Салат из моркови с сахаром	100	1,38	1	11,2	61,3		
1 073	Пудинг творожно-манный	180	26,96	17	28,82	380		
902	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3		
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2		
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9		
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5		
	Итого за Завтрак	590	37,92	28	117,8	909,2		
	<u>Обед</u>							
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2		
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8		
1 020	Плов с мясом птицы_@	300	18,87	18	58,1	464,2		
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7		
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71		
	Итого за Обед	780	25,75	26	113,68	787,9		
	Итого за день	1 370	63,67	54	231,48	1 697,1		

Согласовано:

Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания"

"кольный .Ю.Козырева

16.10.2025

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 347.65 р

	Rpuchomypounck ms 3-11	None		MC 3	17,0	J P
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- лы г	ЭЦ ккал
	<u>Завтрак</u>					
1 020	Плов с мясом птицы_@	290	18,24	17	56,16	448,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
	Итого за Завтрак	530	22,17	19	91,72	637,1
	<u>Обед</u>					
89	Суп картофельный с мясными	250	2,15	3	16,45	98,9
07	фрикадельками @	230	2,13		10,10	,,,
1 308,02	Биточек куриный_@	90	16,74	18		191,7
1 000,05	Булгур с овощами	180	11,26	2	50,21	97,3
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	800	35,82	26	121,52	669
	Итого за день	1 330	57,99	45	213,24	1 306,1

Согласовано:

Утверждаю директор ООО "Комбинат от стания" .Ю.Козырева

17.10.2025

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

	$\boldsymbol{r}$				,	- <b>I</b>
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры	Углево- лы г	ЭЦ ккал
	<u>Завтрак</u>					
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	90	9,16	9	8,87	198,3
995	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3
836	Огурцы свежие порционно	45	0,36		1,26	6,8
1 192	Пряник (порц.)	60	2,28	1	15,36	96,5
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	605	17,21	17	75,4	616
	<u>Обед</u>					
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6
437,06	Гуляш из мяса свинины_@	100	11,17	28	3,61	236,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,43	8	64,83	379,5
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	800	34,04	44	126,31	959,6
	Итого за день	1 405	51,25	61	201,71	1 575,6