

Согласовано:



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



15.09.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	210	5,9	7	33,27	236,9
935,04	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125	2,51	2	4,4	147
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		565	10	10	65,33	541,9
Обед						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,9	3	5,47	53,4
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3
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	150	6,34	6	37,87	218,5
1 242	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		780	32,45	27	130,02	895,8
Итого за день		1 345	42,45	37	195,35	1 437,7

Согласовано:



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



16.09.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 687	Блинчик с вишней @	80	5,22	10	30,31	225,8
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		510	13,45	20	87,6	589,2
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
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	150	3,26	5	22,03	147
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	85	33	485	2 590
Итого за Обед		755	114,93	80	538,69	3 289,4

Итого за день	1 265	128,38	100	626,29	3 878,6
----------------------	-------	--------	-----	--------	---------

Согласовано:



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



19.09.2025

Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
995	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
1 192	Пряник (порц.)	60	2,28	1	15,36	96,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		520	12,37	12	66,63	496,2
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	5	12,24	110
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	8,42	6	8,89	118,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6
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	85	33	485	2 590
Итого за Обед		690	109,95	51	585,19	3 244,8
Итого за день		1 210	122,32	63	651,82	3 741