



**01.09.2025**

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру**

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                   |              |              |           |               |                |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным   | 210          | 5,36         | 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           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>565</b>   | <b>9,46</b>  | <b>10</b> | <b>65,33</b>  | <b>541,9</b>   |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                   |              |              |           |               |                |
| 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         | 4         | 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           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                   | <b>780</b>   | <b>32,45</b> | <b>25</b> | <b>130,02</b> | <b>895,8</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                   | <b>1 345</b> | <b>41,91</b> | <b>35</b> | <b>195,35</b> | <b>1 437,7</b> |

\* ИНН 6617006074  
 \* ОГРН 1026601163955

**02.09.2025**

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 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    |
| 1 688,01                | Блинчик с яблоками _ @                                   | 80      | 4,89       | 5         | 8,74            | 101,2   |
| 693                     | Батон                                                    | 30      | 1,5        | 1         | 12,5            | 78,2    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | 510     | 13,12      | 15        | 66,03           | 464,6   |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                                          |         |            |           |                 |         |
| 836                     | Огурцы свежие порционно                                  | 30      | 0,24       |           | 0,84            | 4,5     |
| 1 021                   | Борщ с капустой, картофелем и сметаной                   | 200     | 1,52       | 5         | 10,94           | 99,5    |
| 1 308,02                | Биточек куриный _ @                                      | 90      | 16,74      | 18        |                 | 191,7   |
| 995                     | Пюре картофельное                                        | 150     | 3,26       | 5         | 22,03           | 147     |
| 932                     | Компот из кураги                                         | 200     | 0,16       |           | 4,52            | 20,2    |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                                          | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                                             | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                          | 720     | 26,08      | 29        | 62,66           | 588,2   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                          | 1 230   | 39,2       | 44        | 128,69          | 1 052,8 |

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

03.09.2025

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                   | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>          |                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 163                   | Салат из моркови с сахаром           | 100     | 1,38       | 1         | 11,2            | 61,3    |
| 1 559,04                | Запеканка из творога @               | 120     | 10,05      | 9         | 16,58           | 156,4   |
| 902                     | Молоко сгущенное                     | 30      | 2,37       | 3         | 14,32           | 96,3    |
| 1 188                   | Чай с сахаром                        | 200     |            |           | 16              | 63,8    |
| 693                     | Батон                                | 20      | 1          | 1         | 8,33            | 52,2    |
| 1 141,09                | Печенье детское @                    | 30      | 2,25       | 3         | 17              | 122,1   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                      | 500     | 17,05      | 17        | 83,43           | 552,1   |
| <b>Обед</b>             |                                      |         |            |           |                 |         |
| 1 030                   | Рассольник ленинградский со сметаной | 200     | 2,16       | 5         | 14,24           | 111,3   |
| 1 020                   | Плов с мясом птицы @                 | 200     | 12,58      | 11        | 38,73           | 309,5   |
| 928                     | Компот из смеси сухофруктов          | 200     | 0,35       |           | 24,36           | 101,7   |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                      | 20      | 1,62       |           | 9,76            | 48,4    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                         | 20      | 1,7        | 1         | 9,7             | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                      | 640     | 18,41      | 17        | 96,79           | 622,7   |
| <b>Итого за день</b>    |                                      | 1 140   | 35,46      | 34        | 180,22          | 1 174,8 |

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

04.09.2025

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                    | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>          |                                       |         |            |           |                 |         |
| 334                     | Макаронные изделия запеченные с сыром | 200     | 12,37      | 11        | 36,61           | 342,9   |
| 835                     | Помидоры порционно                    | 30      | 0,33       |           | 4,13            | 37,1    |
| 483                     | Чай с лимоном                         | 200     | 0,09       |           | 15,16           | 79,8    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                          | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                       | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 976,03                  | Фрукт (яблоко)                        | 100     | 0,4        |           | 9,8             | 47      |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | 580     | 17,35      | 12        | 90,03           | 632,1   |
| <b>Обед</b>             |                                       |         |            |           |                 |         |
| 1 181                   | Суп из разных овощей со сметаной      | 200     | 1,58       | 3         | 8,52            | 115,7   |
| 1 237                   | Птица запеченная                      | 90      | 26,75      | 16        | 1,44            | 259,9   |
| 911,01                  | Каша перловая с овощами               | 150     | 3,31       | 8         | 22,96           | 176,2   |
| 1 126                   | Соус томатный                         | 20      | 0,12       | 1         | 1,16            | 11,1    |
| 705                     | Напиток из плодов шиповника           | 200     | 0,68       |           | 27,62           | 128,6   |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.                       | 25      | 2,03       |           | 12,2            | 60,5    |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                          | 25      | 2,13       | 1         | 12,13           | 64,8    |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                       | 710     | 36,6       | 29        | 86,03           | 816,8   |
| <b>Итого за день</b>    |                                       | 1 290   | 53,95      | 41        | 176,06          | 1 448,9 |

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 ру**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда           | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал        |
|-------------------------|------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                              |              |              |           |                 |                |
| 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      | 20           | 0,16         |           | 0,56            | 3              |
| 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           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                              | <b>510</b>   | <b>12,29</b> | <b>12</b> | <b>66,35</b>    | <b>494,7</b>   |
| <b><u>Обед</u></b>      |                              |              |              |           |                 |                |
| 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           |
| 894,01                  | Хлеб пшеничный.              | 25           | 2,03         |           | 12,2            | 60,5           |
| 1 147                   | Хлеб ржаной.                 | 25           | 2,13         | 1         | 12,13           | 64,8           |
| <b>Итого за Обед</b>    |                              | <b>690</b>   | <b>26,43</b> | <b>18</b> | <b>111,14</b>   | <b>709,1</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                              | <b>1 200</b> | <b>38,72</b> | <b>30</b> | <b>177,49</b>   | <b>1 203,8</b> |