

на 10 ноября 2021 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
6,04	3,74	39,03	133,20	810	Бутерброд с сыром	45
2,90	4,54	29,31	169,85	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	250
4,79	5,26	17,97	140,68	1110	Кофейный напиток с молоком*	200
2,51	1,75	4,40	43,69	935	Йогурт порционный	125
0,37	2,28	2,41	31,47	814	Икра овощная морковная	30
2,90	3,00	20,58	121,13	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
23,64	25,48	18,34	397,78	1197	Суфле Рыбка (минтай)	200
0,16	0,07	14,22	58,78	921	Напиток из плодов шиповника*	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
49,21	47,85	154,12	1 241,86			

на 1 ноября 2021 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
0,38	1,78	1,54	23,80	813	Икра кабачковая пром.производства	20
0,40	4,15	2,32	48,40	1065	Тефтели из мясного фарша с луком с соусом	100
7,10	5,92	43,16	254,46	516	Макаронные изделия отварные с маслом*	180
3,87	3,80	25,07	139,80	488	Какао с молоком.	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
0,62	0,04	1,30	8,00	811	Горошек зеленый консервированный	20
1,83	5,73	10,37	100,94	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной*	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
12,83	15,93	8,54	228,78	1061	Фрикадельки из птицы	100
4,07	7,58	18,27	154,53	999	Капуста тушеная*	180
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
41,03	47,44	187,39	1 329,79			

на 1 ноября 2021 г.

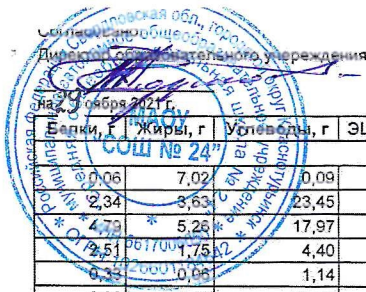
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
2,12	9,57	14,93	144,45	808	Бутерброд с маслом сливочным	35
35,42	23,15	39,62	517,82	365	Запеканка творожная	200
1,62	1,79	12,61	73,50	854	Чай с молоком	200
0,27	1,52	1,85	22,23	520	Икра овощная свекольная	20
2,28	5,38	16,93	125,95	1030	Рассольник ленинградский со сметаной*	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
2,09	8,89	12,73	139,61	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	100
3,67	7,41	29,43	199,37	136	Картофель отварной*	180
0,20	0,04	25,73	105,22	925	Напиток апельсиновый*	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
42,05	59,48	181,70	1 473,42			

на 1 декабря 2021 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
0,22	3,01	1,11	32,54	999	Салат Бурячок	20
2,01	2,46	7,39	60,46	965	Голубцы ленивые из мяса кур	100
0,60	4,35	2,21	40,83	600	Соус сметанный	50
4,07	5,48	24,31	165,80	324	Пюре картофельное*	180
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
1,52	4,16	7,38	73,74	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной*	200
0,37	2,28	2,41	31,47	814	Икра овощная морковная	30
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
12,65	5,87	13,14	156,49	1063	Тефтели рыбные*	100
17,24	6,59	41,58	294,63	857	Бобовые отварные	180
0,31	0,18	30,80	128,34	633,02	Компот из яблок и ягод	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
48,52	36,79	199,81	1 319,01			

на 3 декабря 2021 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
0,39	2,02	2,40	29,74	817	Маринад овощной	20
14,69	9,20	31,78	290,29	910	Запеканка картофельная с печенью*	180
0,63	1,79	2,14	27,32	905	Соус молочный (для подачи к блюду)	30
0	0	8,98	35,91	1188	Чай с сахаром	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
0,38	1,78	1,54	23,80	813	Икра кабачковая пром.производства	20
1,91	5,38	9,37	95,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
14,23	23,13	48,86	424,17	1075	Плов из птицы	200
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
42,16	45,82	181,89	1 297,31			



Директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева

на 29 ноября 2021 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
0,06	7,02	0,09	63,81	810	Бутерброд с сыром	45
2,34	3,63	23,45	135,88	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	200
4,73	5,26	17,97	140,68	1110	Кофейный напиток с молоком*	200
2,61	1,75	4,40	43,69	935	Йогурт порционный	125
0,35	0,05	1,14	7,20	835	Икра овощная морковная	30
2,32	2,40	16,46	96,90	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
17,73	19,11	13,76	298,34	1197	Суфле Рыбка (минтай)	150
0,16	0,07	14,22	58,78	921	Напиток из плодов шиповника с витамином С	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
35,52	41,04	119,35	990,56			

на 30 ноября 2021 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
0,38	1,78	1,54	23,80	813	Икра кабачковая пром.производства	20
0,36	3,73	2,09	43,56	1065	Тефтели из мясного фарша с луком с соусом	90
5,92	4,94	35,96	212,05	516	Макаронные изделия отварные с маслом*	150
0	0	24,50	950,00	488	Какао с молоком	200
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
0,62	0,04	1,30	8,00	811	Горошек зеленый консервированный	20
1,47	4,59	8,29	80,75	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
11,54	14,34	7,68	205,91	1061	Фрикадельки из птицы	90
3,67	3,24	14,78	104,78	999	Капуста тушеная*	150
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
33,89	35,16	172,97	1 999,92			

на 1 декабря

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
0,06	6,83	0,09	62,04	808	Бутерброд с маслом сливочным	35
26,57	17,36	29,72	388,36	365	Запеканка творожная	150
1,62	1,79	12,61	73,50	854	Чай с молоком	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
0,27	1,52	1,85	22,23	520	Икра овощная свекольная	20
1,82	4,30	13,54	100,76	1030	Рассольник ленинградский со сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
1,88	8,00	11,45	125,65	907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	90
3,06	6,17	24,53	166,14	136	Картофель отварной*	150
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
42,39	48,06	153,58	1 222,86			

на 2 декабря

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
0,22	3,01	1,11	32,54	999	Салат Бурячок	20
1,81	2,21	6,65	54,41	966	Голубцы ленивые из мяса кур	90
0,60	4,35	2,21	40,83	600	Соус сметанный	50
3,39	4,57	20,26	138,17	324	Пюре картофельное*	150
0,06	0,01	15,16	59,85	666	Чай с лимоном*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
0,24	1,52	1,61	20,98	814	Икра овощная морковная	20
1,52	4,16	7,38	73,74	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
0,31	0,18	30,80	128,34	633,02	Компот из яблок и ягод	200
11,39	5,29	11,83	140,84	1063	Тефтели рыбные*	90
14,37	5,49	34,65	245,52	857	Бобовые отварные	150
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
43,34	33,18	185,98	1 210,09			

на 3 декабря

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Красноурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
0,16	0,02	0,52	2,80	836	Маринад овощной	20
15,81	10,21	5,31	177,41	1076	Запеканка картофельная с печенью*	100
6,64	4,66	30,02	188,29	822	Соус молочный (для подачи к блюду)	150
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
0,38	1,78	1,54	23,80	813	Икра кабачковая пром.производства	20
1,91	5,38	9,37	95,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
10,67	17,35	36,65	318,13	1075	Плов из птицы	150
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
45,51	41,91	180,18	1 256,31			