

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

21.11.2022 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
820	Салат из отварной свеклы	30	0,44	3	2,6	34,8
1 006	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9
84	Суп картофельный со сметаной	200	1,4	3	11,57	75,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 075	Плов с мясом птицы	200	18,61	22	38,69	379,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
677,03	Слойка Жюстина ®	60	0,35		11,93	52,9
<b>Итого за Обед</b>		775	27,54	31	114,39	808,7
<b>Итого за день</b>		775	27,54	31	114,39	808,7

Согласовано:

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



22.11.2022 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 442	Овощной микс	60	0,73	5	4,82	62,9
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	1,91	5	9,37	95
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	14,79	8	3,49	149,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Обед</b>		855	29,59	27	98,52	784,5
<b>Итого за день</b>		855	29,59	27	98,52	784,5

Согласовано:

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



23.11.2022 (среда)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	0,96	4	5,67	63,8
1 049	Суп-пюре из гороха	200	5,59	2	15,84	104,9
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 146,01	Сдоба Ягодка ®	50	3,8	5	27	166,7
<b>Итого за Обед</b>		785	27,47	34	129,04	936,4
<b>Итого за день</b>		785	27,47	34	129,04	936,4

Согласовано:

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



24.11.2022 (четверг)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	60	1,11	6	6,83	84,6
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Котлета рыбная	90	13,81	9	10,63	178,1
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Обед</b>		855	27,55	29	103,8	821,7
<b>Итого за день</b>		855	27,55	29	103,8	821,7

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

25.11.2022 (пятница)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 163	Салат из моркови с растительным	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,14	3	15,78	106,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 168	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	12,2	16		191,3
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
677,02	Гребешок Александровский ®	100	0,59	1	19,89	88,1
<b>Итого за Обед</b>		855	26,68	29	117,47	841,3
<b>Итого за день</b>		855	26,68	29	117,47	841,3

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

28.11.2022 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
820	Салат из отварной свеклы	30	0,44	3	2,6	34,8
604	Кукуруза отварная с маслом	30	3,4	3	19,8	9,4
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	96,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,9		11,59	56,4
1 079	Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	0,84	208,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>35,98</b>	<b>38</b>	<b>139,2</b>	<b>899,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>865</b>	<b>35,98</b>	<b>38</b>	<b>139,2</b>	<b>899,9</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

29.11.2022 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 442	Овощной микс	45	0,55	3	3,61	47,2
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	1,96	5	11,51	92,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
893,01	Жаркое по-домашнему	200	19,53	20	16,98	325,4
930	Напиток Ягодка	200	0,17		14,58	60,5
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 185,02	Сдоба Лакомка ®	75	6,56	4	43,34	236,5
<b>Итого за Обед</b>		<b>775</b>	<b>34,81</b>	<b>35</b>	<b>111,62</b>	<b>908</b>
<b>Итого за день</b>		<b>775</b>	<b>34,81</b>	<b>35</b>	<b>111,62</b>	<b>908</b>

Согласовано:

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



30.11.2022 (среда)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	60	1,14	5	4,62	71,4
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	6,26	4	26,73	170,8
1 105	Гуляш из курицы	90	15,31	20	3,16	202,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	6	29,48	204,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Обед</b>		850	33,73	37	110,32	889,9
<b>Итого за день</b>		850	33,73	37	110,32	889,9

Согласовано:

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



01.12.2022 (четверг)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	60	1,05	3	5,96	56,6
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,02	2	18,96	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,48	4	3,86	117
512	Рис припущенный	150	3,71	5	38,9	212
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
677,05	Круассан с вишневой начинкой ®	80	0,47		15,91	70,5
<b>Итого за Обед</b>		835	21,83	17	120,35	765,9
<b>Итого за день</b>		835	21,83	17	120,35	765,9

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

02.12.2022 (пятница)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 ГПД 121,39

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	60	1,11	6	6,83	84,6
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,38	73,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	8,71	20	11,83	337,4
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	30	3,2	1	13,06	82,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Обед</b>		855	21,86	39	97,37	935,8
<b>Итого за день</b>		855	21,86	39	97,37	935,8