

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



04.09.2023 (понедельник)

## ***Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><i>Завтрак</i></b>						
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
693	Батон	20	1,5	1	10,28	52,4
302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	250	10,59	10	54,92	382,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		660	22,46	20	106,48	770,8
<b>Итого за день</b>		660	22,46	20	106,48	770,8

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



05.09.2023 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
827	Биточек мясной рубленый	100	15,55	13	15,99	243,4
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24,01</b>	<b>21</b>	<b>81,52</b>	<b>622,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>24,01</b>	<b>21</b>	<b>81,52</b>	<b>622,4</b>

Согласовано:

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



06.09.2023 (среда)

## **Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	100	0,86	5	8,03	83,2
1 073	Пудинг творожно-манный	200	29,96	18	31,92	474
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>34,83</b>	<b>25</b>	<b>80,44</b>	<b>753,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>34,83</b>	<b>25</b>	<b>80,44</b>	<b>753,9</b>

Согласовано:

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



07.09.2023 (четверг)

## ***Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><i>Завтрак</i></b>						
661	Котлета Домашняя	100	15,55	13	15,99	310
516	Макаронные изделия отварные с маслом	210	8,29	7	50,35	308,6
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>31,03</b>	<b>25</b>	<b>104,68</b>	<b>908,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>550</b>	<b>31,03</b>	<b>25</b>	<b>104,68</b>	<b>908,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



08.09.2023 (пятница)

## ***Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><i>Завтрак</i></b>						
1 050	Бефстроганов*	100	17,45	19	6	301,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	37,2	203,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>555</b>	<b>32,39</b>	<b>32</b>	<b>116,02</b>	<b>918,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>555</b>	<b>32,39</b>	<b>32</b>	<b>116,02</b>	<b>918,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



11.09.2023 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон	20	1,5	1	10,28	52,4
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,74	9	69,94	317,9
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
976,03	Фрукт	160	0,64	1	15,68	75,2
<b>Итого за Завтрак</b>		660	14,94	20	122,97	648,1
<b>Итого за день</b>		660	14,94	20	122,97	648,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева  
12.09.2023 (вторник)

## **Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 083	Колбаска рыбная с яйцом (минтай)	100	15,17	5	2,56	119,6
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
991	Рис отварной *	200	5,1	8	53,37	303,6
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>27,74</b>	<b>19</b>	<b>95,62</b>	<b>729,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>560</b>	<b>27,74</b>	<b>19</b>	<b>95,62</b>	<b>729,2</b>

Согласовано:

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



13.09.2023 (среда)

## **Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
693	Батон	20	1,5	1	10,28	52,4
1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	100	0,86	5	8,03	83,2
891	Омлет запеченный или паровой	200	20,46	24	3,7	314,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>555</b>	<b>28,42</b>	<b>35</b>	<b>45,48</b>	<b>614,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>555</b>	<b>28,42</b>	<b>35</b>	<b>45,48</b>	<b>614,4</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



14.09.2023 (четверг)

## Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
966	Голубцы ленивые из мяса кур	100	13,48	14	6,46	175,1
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,89	7	47,95	293,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>24,89</b>	<b>23</b>	<b>89,33</b>	<b>644,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>560</b>	<b>24,89</b>	<b>23</b>	<b>89,33</b>	<b>644,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



15.09.2023 (пятница)

## ***Краснотурьинск ШУ 5-11 завтрак 112,35р***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><i>Завтрак</i></b>						
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон	20	1,5	1	10,28	52,4
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28	62,8
1 073	Пудинг творожно-манный	200	29,96	18	31,92	474
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Завтрак</b>		550	39,21	32	76,89	820
<b>Итого за день</b>		550	39,21	32	76,89	820