

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

04.09.2023 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		7,55	33
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4
1 075	Плов с мясом птицы	200	15,48	8	38,84	293,3
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		750	27,53	17	135,57	841,2
<b>Итого за день</b>		750	27,53	17	135,57	841,2

Согласовано:

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



05.09.2023 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22	3,49	247,5
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
707	Сок натуральный	200			22,4	95
678	Шарлотка с яблоками	65	2,84	4	23,11	141,7
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		810	29,82	45	124,76	1 023,4
<b>Итого за день</b>		810	29,82	45	124,76	1 023,4

Согласовано:

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



06.09.2023 (среда)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом красным	90	1,88	8	11,45	125,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 146,01	Сдоба Ягодка ®	50	3,8	5	27	166,7
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		785	22,52	24	133,83	849,3
<b>Итого за день</b>		785	22,52	24	133,83	849,3

Согласовано:

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



07.09.2023 (четверг)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	4	4,44	58,2
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	16,99	13	11,05	227,4
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		900	28,6	30	102,69	807,6
<b>Итого за день</b>		900	28,6	30	102,69	807,6

Согласовано:

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



08.09.2023 (пятница)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 163	Салат из моркови с сахаром	60	0,83	1	6,72	36,8
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 168	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	22,28	8	2,8	159,5
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		790	37,34	23	122,61	861,1
<b>Итого за день</b>		790	37,34	23	122,61	861,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

11.09.2023 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3,78	16,5
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
827	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
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>		810	33,14	28	158,45	1 058,3
<b>Итого за день</b>		810	33,14	28	158,45	1 058,3

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

12.09.2023 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 024,01	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	60	0,96	3	6,06	56,3
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
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	0,12		14,85	61,1
1 182	Манник	50	3,35	4	30,83	172,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		755	31,45	35	100,89	845,4
<b>Итого за день</b>		755	31,45	35	100,89	845,4

Согласовано:

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



13.09.2023 (среда)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	4	4,44	58,2
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	5,33	3	14,51	105,7
1 105	Гуляш из курицы	90	19,52	6	3,45	146,5
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
678	Шарлотка с яблоками	65	2,84	4	23,11	141,7
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
	<b>Итого за Обед</b>	795	38,46	23	113,53	828
	<b>Итого за день</b>	795	38,46	23	113,53	828



Согласовано:

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



14.09.2023 (четверг)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
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 тушеная в томате с овощами	90	15,33	8	3,28	136,7
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
677,05	Круассан с вишневой начинкой ®	80	0,47		15,91	70,5
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		820	26,34	20	110,14	748,2
<b>Итого за день</b>		820	26,34	20	110,14	748,2

Согласовано:

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



15.09.2023 (пятница)

## Краснотурьинск ШУ мобилизация 121,39руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
1 048	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,72	5	8,45	87,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски *	90	14,92	11	9,44	229,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	160	0,64	1	15,68	75,2
<b>Итого за Обед</b>		900	25,2	30	91,46	776,7
<b>Итого за день</b>		900	25,2	30	91,46	776,7