

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



04.09.2023 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ 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
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	24,18	13	104,74	668,6
Итого за день		700	24,18	13	104,74	668,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



05.09.2023 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		740	26,58	41	99,21	869,6
Итого за день		740	26,58	41	99,21	869,6

Согласовано:

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



06.09.2023 (среда)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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	90	1,88	8	11,45	125,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		735	18,81	19	110,73	701,1
Итого за день		735	18,81	19	110,73	701,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



07.09.2023 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
914,02	Снежок	200	5,8	6	8	118
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		735	32,55	34	74,33	757,2
Итого за день		735	32,55	34	74,33	757,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



08.09.2023 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		735	33,57	18	89,66	675,6
Итого за день		735	33,57	18	89,66	675,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева
11.09.2023 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		730	26,16	23	112,99	808,9
Итого за день		730	26,16	23	112,99	808,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

12.09.2023 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	33,38	36	60,77	705,6
Итого за день		700	33,38	36	60,77	705,6

Согласовано:

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



13.09.2023 (среда)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		730	36,08	19	102,94	742,1
Итого за день		730	36,08	19	102,94	742,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



14.09.2023 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ 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
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
	Итого за Обед	735	25,54	19	96,01	683,3
	Итого за день	735	25,54	19	96,01	683,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



15.09.2023 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 1-4 обед 94.84 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
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
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
	Итого за Обед	735	24,23	28	82,2	724,6
	Итого за день	735	24,23	28	82,2	724,6