

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

09.10.2023 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 112,35 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		6,3	27,5
812	Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80
827	Биточек мясной рубленый	100	15,55	13	15,99	243,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		875	31,47	28	138,12	986,8
Итого за день		875	31,47	28	138,12	986,8

Согласовано:

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



10.10.2023 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 112,35 р

№ 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	100	1,6	5	10,09	93,9
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
893,01	Жаркое по-домашнему	250	24,42	25	21,23	406,8
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
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		845	40,07	44	74,96	866,2
Итого за день		845	40,07	44	74,96	866,2

Согласовано:

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



11.10.2023 (среда)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 112,35 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	7	7,4	97
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,67	4	18,13	132,1
1 105	Гуляш из курицы	100	21,68	7	3,83	162,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
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.	25	2,13	1	10,63	64,8
	Итого за Обед	875	42,82	26	124,46	909,8
	Итого за день	875	42,82	26	124,46	909,8

Согласовано:

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



12.10.2023 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 112,35 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	100	1,75	5	9,94	94,3
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,52	3	23,7	130,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	100	17,03	9	3,65	151,9
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
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		875	29,92	24	116,66	831,3
Итого за день		875	29,92	24	116,66	831,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

13.10.2023 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 112,35 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28	128
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	6	10,11	105,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 283,01	Котлета по-Хлыновски	100	16,57	13	10,49	255,2
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
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		875	28,15	37	97,57	876,9
Итого за день		875	28,15	37	97,57	876,9