

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

23.10.2023 (понедельник)

## Краснотурьинск ШУ I-4 обед 94.84 р

| № рецептуры          | Наименование блюда                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|--------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <i>Обед</i>          |                                      |         |         |        |             |         |
| 604                  | Кукуруза отварная                    | 30      | 3,4     | 3      | 19,8        | 40,5    |
| 819,02               | Горошек зеленый отварной             | 30      | 0,89    | 2      | 1,88        | 25      |
| 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    |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | 730     | 29,59   | 26     | 127,17      | 823,1   |
| <b>Итого за день</b> |                                      | 730     | 29,59   | 26     | 127,17      | 823,1   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

24.10.2023 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ I-4 обед 94.84 р

| № рецептуры | Наименование блюда                               | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <i>Обед</i> |  |         |         |        |             |         |
| 1 022       | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 60      | 2,47    | 6      | 3,43        | 78,5    |
| 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    |
| 1 025       | **Жаркое по-домашнему из свинины                 | 200     | 12,15   | 28     | 24,8        | 398,3   |
| 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    |
|             | <b>Итого за Обед</b>                             | 700     | 27,51   | 47     | 65,96       | 800,7   |
|             | <b>Итого за день</b>                             | 700     | 27,51   | 47     | 65,96       | 800,7   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

25.10.2023 (среда)

## Краснотурьинск ШУ I-4 обед 94.84 р

| № 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   |
| 1 024       | **Гуляш из мяса птицы             | 90      | 16,94   | 6      | 5,93        | 229,8   |
| 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    |
|             | <b>Итого за Обед</b>              | 730     | 33,5    | 19     | 105,42      | 825,4   |
|             | <b>Итого за день</b>              | 730     | 33,5    | 19     | 105,42      | 825,4   |

Согласовано:

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



26.10.2023 (четверг)

## Краснотурьинск ШУ I-4 обед 94.84 р

| № рецептуры          | Наименование блюда  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|----------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <i>Обед</i>          |   |         |         |        |             |         |
| 820,02               | Салат из белокочанной капусты с кукурузой и морковью с маслом | 60      | 0,89    | 5      | 5,19        | 63,5    |
| 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    |
| <b>Итого за Обед</b> |   | 735     | 25,38   | 21     | 95,24       | 690,2   |
| <b>Итого за день</b> |   | 735     | 25,38   | 21     | 95,24       | 690,2   |

Согласовано:

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



27.10.2023 (пятница)

## Краснотурьинск ШУ I-4 обед 94.84 р

| № 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    |
| 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    |
| <b>Итого за Обед</b> |   | 735     | 24,23   | 28     | 82,2        | 724,6   |
| <b>Итого за день</b> |   | 735     | 24,23   | 28     | 82,2        | 724,6   |