

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>		<b>730</b>	<b>33,5</b>	<b>19</b>	<b>105,42</b>	<b>825,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>730</b>	<b>33,5</b>	<b>19</b>	<b>105,42</b>	<b>825,4</b>

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