

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

23.10.2023 (понедельник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 167,15р род

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
604	Кукуруза отварная	50	5,67	4	33	67,4
819,02	Горошек зеленый отварной	50	1,49	3	3,13	41,7
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
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
1 185,02	Сдоба Лакомка	75	6,56	4	43,34	236,5
Итого за Обед		945	43,11	36	201,17	1 227
Итого за день		945	43,11	36	201,17	1 227

Согласовано:

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



24.10.2023 (вторник)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 167,15р род

№ 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	100	4,11	10	5,72	130,9
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
1 025	Жаркое по-домашнему из свинины	250	15,19	35	31,01	497,9
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
738,1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой	75	2,94	4	20,06	148
Итого за Обед		920	36,29	63	100,43	1 142,3
Итого за день		920	36,29	63	100,43	1 142,3

Согласовано:

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



25.10.2023 (среда)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 167,15р род

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	7	7,4	97
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,67	4	18,13	132,1
1 024	Гуляш из мяса птицы	50/50	18,82	7	6,59	255,4
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.	20	1,7	1	8,5	51,8
769	Булочка домашняя	100	7,55	12	61,85	394
Итого за Обед		970	47,08	38	186,94	1 383,4
Итого за день		970	47,08	38	186,94	1 383,4

Согласовано:

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



26.10.2023 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 167,15р род

№ 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	100	1,48	8	8,65	105,9
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
950	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом.	75	0,52	1	23,2	104,6
Итого за Обед		950	30,17	28	138,57	947,5
Итого за день		950	30,17	28	138,57	947,5

Согласовано:

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



27.10.2023 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 5-11 обед 167,15р род

№ 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
1 185,01	Сдоба Смак ®	100	8,74	5	57,78	315,4
Итого за Обед		975	36,89	42	155,35	1 192,3
Итого за день		975	36,89	42	155,35	1 192,3