

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

16.10.2023 (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>						
819,03	Смесь овощная*	60	0,78		2,94	38,4
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4
1 020	**Плов с мясом птицы	200	18,61	22	38,69	379,8
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	27,61	27	99,98	760,5
Итого за день		700	27,61	27	99,98	760,5

Согласовано:

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



17.10.2023 (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>						
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
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3
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	24,83	44	99,38	901,4
	Итого за день	740	24,83	44	99,38	901,4

Согласовано:

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



18.10.2023 (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>						
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 красным	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"
О.Ю.Козырева



19.10.2023 (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>						
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

20.10.2023 (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>						
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