

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



16.09.2024 (понедельник)

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,78 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон	40	3	1	20,56	104,8
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,1	6	31,68	205,6
854	Чай с молоком	180	1,23	1	18	79,2
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>9,81</b>	<b>15</b>	<b>80,17</b>	<b>502,7</b>
<i>Обед</i>						
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 027,12	**Биточки с адыгейским сыром	90	12,61	9	8,88	152,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	5	40,96	212,7
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>715</b>	<b>30,53</b>	<b>30</b>	<b>94,84</b>	<b>767,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>40,34</b>	<b>45</b>	<b>175,01</b>	<b>1 270,3</b>



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



16.09.2024 (понедельник)

## Краснотуринск ШУ 5-1 кл Комплекс 334,28р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
693	Батон	40	3	1	20,56	104,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	11	0,2	99,2
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,38	8	39,61	257
854	Чай с молоком	200	1,36	2	20	88,1
976,03	Фрукт (яблоко)	150	0,6	1	14,7	70,5
Итого за Завтрак		655	11,46	23	95,07	619,6
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	100	0,95	10	8,28	128
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 027,12	**Биточки с адыгейским сыром	100	14,01	10	9,87	169,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	8,63	6	54,62	283,7
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		895	36,41	37	121,01	972,8
Итого за день		1 550	47,87	60	216,08	1 592,4

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



17.09.2024 (вторник)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,78 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	100	17,03	9	3,65	151,9
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
971	Чай ягодный	180	0,09		14,4	53,9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>25,92</b>	<b>20</b>	<b>87,73</b>	<b>681,6</b>
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	240	14,58	33	29,76	478
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>735</b>	<b>24,38</b>	<b>44</b>	<b>97,19</b>	<b>893,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 235</b>	<b>50,3</b>	<b>64</b>	<b>184,92</b>	<b>1 575,4</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



17.09.2024 (вторник)

**Краснотуринск ШУ 5-1 кл Комплекс 334,28р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 070	Рыба тушенная в томате с овощами	130	22,14	11	4,74	197,5
512	Рис припущенный	200	4,46	6	46,68	294
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
677,11	Слойка с яблоками и корицей ®	70	5,85	5	198,89	881,3
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>35,1</b>	<b>23</b>	<b>279,06</b>	<b>1 510,4</b>
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100	1,75	5	9,91	94,4
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	1,15	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	280	17,01	39	34,73	557,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14,64	72,6
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>895</b>	<b>29,14</b>	<b>53</b>	<b>116,9</b>	<b>1 077,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 525</b>	<b>64,24</b>	<b>76</b>	<b>395,96</b>	<b>2 587,7</b>





Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



18.09.2024 (среда)

### Краснотуринск ШУ 5-1 кл Комплекс 334,28р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
97	Сыр (порциями)	20	5,38	6		72,6
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
814	Икра овощная морковная	100	0,93	6	6,1	79,7
972,06	Омлет натуральный НУ	200	20,12	25	3,69	320,4
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>570</b>	<b>30,18</b>	<b>38</b>	<b>50,46</b>	<b>663,6</b>
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	7	7,4	97
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	100	13,33	11		180
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,07	8	58,46	321,1
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>890</b>	<b>36,5</b>	<b>29</b>	<b>125,68</b>	<b>919,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 460</b>	<b>66,68</b>	<b>67</b>	<b>176,14</b>	<b>1 583</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



18.09.2024 (среда)

### Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,78 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
97	Сыр (порциями)	15	4,04	4		54,5
693	Батон	40	3	1	20,56	104,8
814	Икра овощная морковная	100	0,93	6	6,1	79,7
972,06	Омлет натуральный НУ	150	15,09	19	2,77	240,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>505</b>	<b>23,06</b>	<b>30</b>	<b>44,4</b>	<b>539,2</b>
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	4	4,44	58,2
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
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	90	12	10		162
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	43,85	240,8
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36	55
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>710</b>	<b>29,77</b>	<b>22</b>	<b>97,84</b>	<b>723,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>52,83</b>	<b>52</b>	<b>142,24</b>	<b>1 262,4</b>



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева



19.09.2024 (четверг)

## Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,78 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
967,05	Голубцы ленивые мясные*	90	7.42	9	7,35	141.7
901	Соус красный основной	30	0.21	2	2.25	23,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6.47	5	40,96	212.7
349,01	Яйцо отварное шт	50	5.08	5	0.28	62.8
686	Чай с лимоном*	180	0.05		13.65	53,9
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7.32	36,3
1 148	Хлеб ржаной	15	1.28		8.78	38.9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>21.73</b>	<b>21</b>	<b>80.59</b>	<b>569.9</b>
<u>Обед</u>						
1 005	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3	1,57	37
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	1,15	1	0,04	11,8
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	100	17,03	9	3,65	151,9
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	15	1,22		7,32	36,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
677,11	Слойка с яблоками и корицей ®	70	5.85	5	198.89	881,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>795</b>	<b>33,89</b>	<b>26</b>	<b>290,89</b>	<b>1 577,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 325</b>	<b>55,62</b>	<b>47</b>	<b>371,48</b>	<b>2 147,5</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева



19.09.2024 (четверг)

## Краснотуринск ШУ 5-1 кл Комплекс 334,28р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
967,05	Голубцы ленивые мясные*	100	8,24	10	8,17	157,4
901	Соус красный основной	50	0,36	3	3,75	39,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	6	49,16	255,3
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28	62,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
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 Завтрак		620	24,83	25	94,78	674,9
<u>Обед</u>						
1 005	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5	2,61	61,6
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,19	4	20,68	138,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	120	20,44	11	4,38	182,3
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
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
677,11	Слойка с яблоками и корицей ®	70	5,85	5	198,89	881,3
Итого за Обед		965	39,98	32	310,75	1 739,2
Итого за день		1 585	64,81	57	405,53	2 414,1



Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



20.09.2024 (пятница)

**Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 260,78 р**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон	40	3	1	20,56	104,8
1 163	Салат из моркови с сахаром	70	0,96	1	7,84	42,9
1 073	Пудинг творожно-манный	150	22,47	14	23,94	355,5
1 142	Повидло	30	0,03		4,92	20,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>26,54</b>	<b>23</b>	<b>72,36</b>	<b>649,5</b>
<i>Обед</i>						
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,59	6	18,25	54,8
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,36	109,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 062	Гёфтели мясные с рисом	90	10,85	21	7,19	262,3
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
995	Пюре картофельное	150	3,31	10	37,17	230
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36	55
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>745</b>	<b>20,21</b>	<b>44</b>	<b>98,8</b>	<b>815,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 245</b>	<b>46,75</b>	<b>67</b>	<b>171,16</b>	<b>1 465</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева



20.09.2024 (пятница)

## Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334,28р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон	40	3	1	20,56	104,8
1 163	Салат из моркови с сахаром	70	0,96	1	7,84	42,9
1 073	Пудинг творожно-манный	200	29,96	18	31,92	474
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>34,04</b>	<b>27</b>	<b>81,98</b>	<b>774,8</b>
<u>Обед</u>						
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	0,99	10	30,42	91,4
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	6	9,2	137,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7,99	291,4
1 126	Соус томатный	40	0,24	1	2,31	22,2
995	Пюре картофельное	180	3,97	12	44,61	276
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>915</b>	<b>23,76</b>	<b>54</b>	<b>127,68</b>	<b>991,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 475</b>	<b>57,8</b>	<b>81</b>	<b>209,66</b>	<b>1 766</b>