

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
<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
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
Итого за Завтрак		530	9,81	15	80,17	502,7
<u>Обед</u>						
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
Итого за Обед		715	30,53	30	94,84	767,6
Итого за день		1 245	40,34	45	175,01	1 270,3



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)

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 тушеная 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
Итого за Завтрак		630	35,1	23	279,06	1 510,4
<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
Итого за Обед		895	29,14	53	116,9	1 077,3
Итого за день		1 525	64,24	76	395,96	2 587,7



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
Итого за Завтрак		570	30,18	38	50,46	663,6
<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
Итого за Обед		890	36,5	29	125,68	919,4
Итого за день		1 460	66,68	67	176,14	1 583

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
Итого за Завтрак		505	23,06	30	44,4	539,2
<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
Итого за Обед		710	29,77	22	97,84	723,2
Итого за день		1 215	52,83	52	142,24	1 262,4



Согласовано

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
Итого за Завтрак		530	21.73	21	80.59	569.9
<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
Итого за Обед		795	33,89	26	290,89	1 577,6
Итого за день		1 325	55,62	47	371,48	2 147,5



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	Углево-ды 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
Итого за Завтрак		500	26,54	23	72,36	649,5
<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
Итого за Обед		745	20,21	44	98,8	815,5
Итого за день		1 245	46,75	67	171,16	1 465

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	Углево-ды 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
Итого за Завтрак		560	34,04	27	81,98	774,8
<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
Итого за Обед		915	23,76	54	127,68	991,2
Итого за день		1 475	57,8	81	209,66	1 766