

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева  
15.04.2024 (понедельник)

### Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,82	3	24,02	178,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>510</b>	<b>10,38</b>	<b>6</b>	<b>70,79</b>	<b>425,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>510</b>	<b>10,38</b>	<b>6</b>	<b>70,79</b>	<b>425,9</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева  
16.04.2024 (вторник)

### Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 150	Котлета из мяса кур	80	16,82	17	12,91	232,4
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	120	2,64	4	17,67	118,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>25,71</b>	<b>24</b>	<b>79,21</b>	<b>610,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>25,71</b>	<b>24</b>	<b>79,21</b>	<b>610,3</b>

Согласовано:

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



17.04.2024 (среда)

## Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	235	3,69	5	45,7	243,5
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>10,32</b>	<b>10</b>	<b>83,91</b>	<b>477,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>10,32</b>	<b>10</b>	<b>83,91</b>	<b>477,6</b>

Согласовано:

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



18.04.2024 (четверг)

## Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,6	1	10,94	84,8
891	Омлет запеченный или паровой	130	13,3	16	2,41	204,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>17,89</b>	<b>18</b>	<b>51,85</b>	<b>478,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>17,89</b>	<b>18</b>	<b>51,85</b>	<b>478,4</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

19.04.2024 (пятница)

### Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
1 297	Запеканка из творога с рисом	150	16,57	12	22,93	273,7
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>26,27</b>	<b>18</b>	<b>97,43</b>	<b>704,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>26,27</b>	<b>18</b>	<b>97,43</b>	<b>704,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

20.04.2024 (суббота)

### Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
6,2	Каша из крупы "Геркулес" молочная	200	7,1	8	29,62	223,8
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>555</b>	<b>14,67</b>	<b>18</b>	<b>79,32</b>	<b>611,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>555</b>	<b>14,67</b>	<b>18</b>	<b>79,32</b>	<b>611,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

22.04.2024 (понедельник)

## Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,6	1	10,94	84,8
302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	150	6,47	6	37,41	228,1
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>505</b>	<b>9,83</b>	<b>7</b>	<b>79,42</b>	<b>460,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>505</b>	<b>9,83</b>	<b>7</b>	<b>79,42</b>	<b>460,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

23.04.2024 (вторник)

## Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	90	10,64	11	5,62	179
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>17,53</b>	<b>18</b>	<b>62,29</b>	<b>502,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>17,53</b>	<b>18</b>	<b>62,29</b>	<b>502,6</b>

Согласовано:

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



24.04.2024 (среда)

## Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	40	4,48	3	16,44	112
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	230	6,91	9	23,27	210,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>13,82</b>	<b>12</b>	<b>69,32</b>	<b>454,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>13,82</b>	<b>12</b>	<b>69,32</b>	<b>454,6</b>

Согласовано:

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



25.04.2024 (четверг)

## Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
604	Кукуруза отварная	30	3,4	3	19,8	40,5
1 020	**Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>27,98</b>	<b>28</b>	<b>102,97</b>	<b>649,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>27,98</b>	<b>28</b>	<b>102,97</b>	<b>649,5</b>

Согласовано:

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



26.04.2024 (пятница)

### Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,31	5	38,36	235,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>20,71</b>	<b>31</b>	<b>80,13</b>	<b>698,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>20,71</b>	<b>31</b>	<b>80,13</b>	<b>698,7</b>

Согласовано:

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



27.04.2024 (суббота)

### Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	40	4,48	3	16,44	112
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4	0,22	50,2
841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	200	6,33	6	37,13	227,4
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>20,41</b>	<b>18</b>	<b>76,67</b>	<b>593,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>500</b>	<b>20,41</b>	<b>18</b>	<b>76,67</b>	<b>593,4</b>