

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

15.04.2024 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 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	200	6,43	4	32,03	238
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
Итого за Завтрак		560	11,99	7	78,8	485,4
Итого за день		560	11,99	7	78,8	485,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

16.04.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 150	Котлета из мяса кур	90	18,92	19	14,53	261,4
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Завтрак		550	29,27	27	90,13	693,1
Итого за день		550	29,27	27	90,13	693,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

17.04.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	285	4,48	6	55,42	295,3
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		550	11,11	11	93,63	529,4
Итого за день		550	11,11	11	93,63	529,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

18.04.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	40	2,13	1	14,59	113,1
891	Омлет запеченный или паровой	165	16,88	20	3,05	259,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		550	22,43	22	58,27	574,7
Итого за день		550	22,43	22	58,27	574,7

Согласовано:

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



19.04.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
1 297	Запеканка из творога с рисом	200	22,09	17	30,57	364,9
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
Итого за Завтрак		550	31,79	23	105,07	795,5
Итого за день		550	31,79	23	105,07	795,5

Согласовано:

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



20.04.2024 (суббота)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
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
Итого за Завтрак		560	14,99	19	81,39	630,6
Итого за день		560	14,99	19	81,39	630,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

22.04.2024 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 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	200	8,62	8	49,88	304,1
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
Итого за Завтрак		555	11,98	9	91,89	536,8
Итого за день		555	11,98	9	91,89	536,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

23.04.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	100	11,82	13	6,24	198,9
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	21,32	21	77,59	604,7
Итого за день		550	21,32	21	77,59	604,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



24.04.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 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
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	280	8,41	10	28,33	255,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		550	15,32	13	74,38	500,3
Итого за день		550	15,32	13	74,38	500,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



25.04.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
604	Кукуруза отварная	60	6,8	5	39,6	80,9
1 020	**Плов с мясом птицы	220	20,47	25	42,56	417,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
Итого за Завтрак		550	33,15	31	129,28	733,9
Итого за день		550	33,15	31	129,28	733,9

Согласовано:

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



26.04.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,41	28	4,07	310,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	24,3	35	94,47	809,2
Итого за день		550	24,3	35	94,47	809,2

Согласовано:

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



27.04.2024 (суббота)

Красноуфимск ШУ Завтрак 12 и ст 114 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
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4	0,22	50,2
841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	250	7,91	7	46,41	284,3
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
Итого за Завтрак		550	21,99	19	85,95	650,3
Итого за день		550	21,99	19	85,95	650,3