

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



08.04.2024 (понедельник)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

| № рецептуры   | Наименование блюда  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <i>Обед</i>   |   |         |         |        |             |         |
| 839           | Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным | 100     | 1,14    | 3      | 9,13        | 71,4    |
| 1 016         | Суп-пюре овощной  | 250     | 2,53    | 5      | 15,78       | 147,5   |
| 943           | Гренки из пшеничного хлеба                                | 10      | 1,3     |        | 7,81        | 40      |
| 1 022         | **Птица, тушенная в соусе красном с овощами               | 100     | 18,73   | 23     | 9,34        | 231,4   |
| 512           | Рис припущенный   | 180     | 4,01    | 5      | 42,01       | 264,6   |
| 699           | Напиток лимонный  | 200     | 0,14    |        | 24,43       | 101,2   |
| 897           | Хлеб пшеничный  | 20      | 1,62    |        | 9,76        | 48,4    |
| Итого за Обед |   | 860     | 29,47   | 36     | 118,26      | 904,5   |
| Итого за день |   | 860     | 29,47   | 36     | 118,26      | 904,5   |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю. Козырева



09.04.2024 (вторник)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

| № рецептуры   | Наименование блюда                             | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <i>Обед</i>   |  |         |         |        |             |         |
| 833           | Салат из отварной моркови с кукурузой Солнышко | 100     | 1,83    | 9      | 29,75       | 208     |
| 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    |
| 255           | Биточек из курицы                              | 100     | 16,74   | 19     | 15,44       | 193     |
| 1 126         | Соус томатный                                  | 20      | 0,12    | 1      | 1,16        | 11,1    |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая                     | 180     | 9,06    | 7      | 47,22       | 289     |
| 928           | Компот из смеси сухофруктов                    | 200     | 0,46    |        | 27,49       | 115,7   |
| 897           | Хлеб пшеничный                                 | 20      | 1,62    |        | 9,76        | 48,4    |
| Итого за Обед |  | 875     | 34,77   | 44     | 148,2       | 1 024,5 |
| Итого за день |  | 875     | 34,77   | 44     | 148,2       | 1 024,5 |

Согласовано:

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



10.04.2024 (среда)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

| № рецептуры          | Наименование блюда   | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал    |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|---------------|------------|
| <i>Обед</i>          |  |            |              |           |               |            |
| 25                   | Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной | 100        | 1,4          |           | 7,3           | 37,2       |
| 1 049                | Суп-пюре из гороха   | 250        | 7,71         | 2         | 22,63         | 135,4      |
| 943                  | Гренки из пшеничного хлеба   | 10         | 1,3          |           | 7,81          | 40         |
| 907                  | Тефтели мясные с луком   | 100        | 14,01        | 14        | 13,84         | 239,1      |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом   | 190        | 7,1          | 6         | 43,16         | 264,5      |
| 707                  | Сок натуральный  | 200        |              |           | 22,4          | 95         |
| 1 148                | Хлеб ржаной  | 20         | 1,7          | 1         | 8,5           | 51,8       |
| <b>Итого за Обед</b> |  | <b>860</b> | <b>33,22</b> | <b>23</b> | <b>125,64</b> | <b>863</b> |
| <b>Итого за день</b> |  | <b>860</b> | <b>33,22</b> | <b>23</b> | <b>125,64</b> | <b>863</b> |

Согласовано:

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



11.04.2024 (четверг)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

| № рецептуры          | Наименование блюда                   | Выход г    | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| <i>Обед</i>          |                                      |            |              |           |              |              |
| 1 030                | Рассольник ленинградский со сметаной | 250        | 2,64         | 6         | 18,77        | 148,7        |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд)  | 5          | 1,15         | 1         | 0,04         | 11,8         |
| 1 063                | Тефтели рыбные.                      | 100        | 12,65        | 6         | 13,14        | 156,5        |
| 813                  | Икра кабачковая пром.производства    | 50         | 0,6          | 4         | 3,7          | 48,5         |
| 995                  | Пюре картофельное                    | 150        | 3,29         | 5         | 22,09        | 147,7        |
| 390                  | Компот из свежих плодов              | 200        | 0,16         |           | 23,88        | 99,1         |
| 897                  | Хлеб пшеничный                       | 20         | 1,62         |           | 9,76         | 48,4         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>775</b> | <b>22,11</b> | <b>22</b> | <b>91,38</b> | <b>660,7</b> |
| <b>Итого за день</b> |                                      | <b>775</b> | <b>22,11</b> | <b>22</b> | <b>91,38</b> | <b>660,7</b> |

Согласовано:

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



12.04.2024 (пятница)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

| № рецептуры   | Наименование блюда                          | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Обед</u>   |   |         |         |        |            |         |
| 951           | Винегрет овощной с соленым огурцом          | 100     | 2,41    | 7      | 9,71       | 112,8   |
| 1 015         | Суп-лапша на курином бульоне                | 250     | 5,55    | 5      | 15,75      | 158     |
| 1 296,01      | **Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом | 100     | 18,27   | 5      | 3,31       | 136,3   |
| 512           | Рис припущенный                             | 180     | 4,01    | 5      | 42,01      | 264,6   |
| 930           | Напиток Ягодка                              | 200     | 0,12    |        | 14,85      | 61,1    |
| 897           | Хлеб пшеничный                              | 20      | 1,62    |        | 9,76       | 48,4    |
| Итого за Обед |   | 850     | 31,98   | 22     | 95,39      | 781,2   |
| Итого за день |   | 850     | 31,98   | 22     | 95,39      | 781,2   |

Согласовано:

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



13.04.2024 (суббота)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

| № рецептуры   | Наименование блюда                          | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <u>Обед</u>   |   |         |         |        |            |         |
| 817           | Маринад овощной                             | 100     | 0,95    | 10     | 8,28       | 128     |
| 1 175         | Рассольник домашний со сметаной             | 250     | 2,39    | 6      | 13,49      | 115,4   |
| 829           | Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным | 100     | 9,14    | 17     | 7,31       | 216,4   |
| 1 189         | Пюре гороховое с морковью                   | 180     | 15,6    | 5      | 39,74      | 311,8   |
| 917,02        | Компот из ягод                              | 200     | 0,15    |        | 19,06      | 78,4    |
| 897           | Хлеб пшеничный                              | 20      | 1,62    |        | 9,76       | 48,4    |
| 1 148         | Хлеб ржаной                                 | 20      | 1,7     | 1      | 8,5        | 51,8    |
| Итого за Обед |   | 870     | 31,55   | 39     | 106,14     | 950,2   |
| Итого за день |   | 870     | 31,55   | 39     | 106,14     | 950,2   |