

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева  
15.04.2024 (понедельник)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 112	Винегрет овощной	100	1,56	8	9,1	116,2
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 018	**Плов со свининой	250	15,95	29	58,65	587,1
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
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 Обед</b>		<b>845</b>	<b>24,47</b>	<b>43</b>	<b>133,18</b>	<b>1 086,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>845</b>	<b>24,47</b>	<b>43</b>	<b>133,18</b>	<b>1 086,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева  
16.04.2024 (вторник)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
12 160,01	Салат Золушка	100	2,24	8	10,4	133,6
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	220	13,36	31	27,28	438,1
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>810</b>	<b>23,56</b>	<b>47</b>	<b>86,05</b>	<b>879,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>810</b>	<b>23,56</b>	<b>47</b>	<b>86,05</b>	<b>879,4</b>

Согласовано:

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



17.04.2024 (среда)

## Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	35	2,98	1	14,88	90,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>39,08</b>	<b>19</b>	<b>126,97</b>	<b>849,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>800</b>	<b>39,08</b>	<b>19</b>	<b>126,97</b>	<b>849,8</b>

Согласовано:

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



18.04.2024 (четверг)

## Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	7	7,4	97
1 113	Суп картофельный с клецками	250	2,67	3	20,74	121,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	100	16,96	15	13,72	254,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>31,7</b>	<b>32</b>	<b>113,61</b>	<b>885,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>865</b>	<b>31,7</b>	<b>32</b>	<b>113,61</b>	<b>885,8</b>



Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

19.04.2024 (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>						
834	Салат из отварного картофеля, огурцов и репчатого лука	100	1,86	4	13,42	99,1
52	Суп рыбный «Мозаика»	250	6,67	4	18,13	132,1
255	Биточек из курицы	100	16,74	19	15,44	193
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
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 Обед</b>		<b>870</b>	<b>32,7</b>	<b>34</b>	<b>115,64</b>	<b>800,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>870</b>	<b>32,7</b>	<b>34</b>	<b>115,64</b>	<b>800,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

20.04.2024 (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>						
84	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	130,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,41	28	4,07	310,3
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	35	2,84		17,08	84,7
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>25,1</b>	<b>39</b>	<b>123,72</b>	<b>995</b>
<b>Итого за день</b>		<b>800</b>	<b>25,1</b>	<b>39</b>	<b>123,72</b>	<b>995</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

22.04.2024 (понедельник)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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	187	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

23.04.2024 (вторник)

### Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
833	Салат из отварной моркови с кукурузой Солнышко	106	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"



Ю. Козырева

24.04.2024 (среда)

## Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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	180	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"



Ю. Козырева

25.04.2024 (четверг)

## Красноуфимск ШУ Обед 12 и ст 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
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
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>24,24</b>	<b>23</b>	<b>102,01</b>	<b>725,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>800</b>	<b>24,24</b>	<b>23</b>	<b>102,01</b>	<b>725,5</b>

Согласовано:

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



26.04.2024 (пятница)

### Красноуфимск ШУ Обед 1,2 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>850</b>	<b>31,98</b>	<b>22</b>	<b>95,39</b>	<b>781,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>850</b>	<b>31,98</b>	<b>22</b>	<b>95,39</b>	<b>781,2</b>

Согласовано:

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



27.04.2024 (суббота)

### Красноуфимск ШУ Обед 1,2 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>31,55</b>	<b>39</b>	<b>106,14</b>	<b>950,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>870</b>	<b>31,55</b>	<b>39</b>	<b>106,14</b>	<b>950,2</b>