

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева
15.04.2024 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 112	Винегрет овощной	60	0,94	5	5,46	69,7
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 018	**Плов со свининой	200	12,76	24	46,92	469,7
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
Итого за Обед		705	20,15	34	114,65	893,3
Итого за день		705	20,15	34	114,65	893,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева
16.04.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
12 160,01	Салат Золушка	60	1,35	5	6,24	80,2
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	200	12,15	28	24,8	398,3
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
Итого за Обед		700	20,7	40	75,94	756,7
Итого за день		700	20,7	40	75,94	756,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю. Козырева

17.04.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	125,3
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	16,45	5	2,98	122,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		23	92,5
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		700	33,73	16	109,9	731,6
Итого за день		700	33,73	16	109,9	731,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю. Козырева

18.04.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	4	4,44	58,2
1 113	Суп картофельный с клецками	200	2,14	2	16,6	97,2
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	50	15,26	13	12,35	229,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
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
Итого за Обед		735	27,81	25	97,94	753,2
Итого за день		735	27,81	25	97,94	753,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

19.04.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 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	60	1,12	3	8,05	59,5
52	Суп рыбный «Мозаика»	200	5,33	3	14,51	105,7
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		730	27,46	28	96,13	660,9
Итого за день		730	27,46	28	96,13	660,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

20.04.2024 (суббота)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
84	Суп картофельный со сметаной	200	2,14	3	16,22	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		700	21,93	35	107,69	868,8
Итого за день		700	21,93	35	107,69	868,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

22.04.2024 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	60	0,68	2	5,48	42,8
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 022	**Птица, тушенная в соусе красном с овощами	90	16,86	21	8,41	208,3
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
699	Напиток лимонный	200	0,14		24,43	101,2
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Обед		730	25,97	32	103,52	779,2
Итого за день		730	25,97	32	103,52	779,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

23.04.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
833	Салат из отварной моркови с кукурузой Солнышко	60	1,1	5	17,85	124,8
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
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		745	30,09	36	123,42	844,3
Итого за день		745	30,09	36	123,42	844,3

Согласовано:

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



24.04.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 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	60	0,84		4,38	22,3
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
907	Тефтели мясные с луком	90	12,61	13	12,46	215,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
707	Сок натуральный	200			22,4	95
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		730	28,54	21	109,61	753
Итого за день		730	28,54	21	109,61	753

Согласовано:

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



25.04.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,12	5	15,02	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 063	Тефтели рыбные.	90	11,39	5	11,83	140,8
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	4	3,7	48,5
995	Пюре картофельное	100	2,2	3	14,73	98,5
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		700	22,18	19	94,47	655
Итого за день		700	22,18	19	94,47	655

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

26.04.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,44	4	12,6	126,4
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	16,45	5	2,98	122,7
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Обед		720	27,42	18	81,03	646,8
Итого за день		720	27,42	18	81,03	646,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

27.04.2024 (суббота)

Красноуфимск ШУ Обед 7-11 140 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	10,79	92,4
829	Тефтели из мяса (паровые) с соусом томатным	100	9,14	17	7,31	216,4
1 189	Пюре гороховое с морковью	150	13	4	33,12	259,8
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Обед		730	26,39	32	85,01	772,2
Итого за день		730	26,39	32	85,01	772,2