

Согласовано:

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



08.04.2024 (понедельник)

### Красноуфимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>860</b>	<b>29,47</b>	<b>36</b>	<b>118,26</b>	<b>904,5</b>
<b>Полдник</b>						
633,02	Компот из яблок и ягод	200	0,31		30,8	128,3
1 059	Плетенка слоеная дрожжевая	100	8,74	5	57,78	315,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>9,05</b>	<b>5</b>	<b>88,58</b>	<b>443,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 160</b>	<b>38,52</b>	<b>41</b>	<b>206,84</b>	<b>1 348,2</b>

Согласовано:

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



09.04.2024 (вторник)

### Красноуфимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
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
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
<b>Итого за Обед</b>		<b>875</b>	<b>34,46</b>	<b>44</b>	<b>139,77</b>	<b>987,2</b>
<b>Полдник</b>						
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 190	Ватрушка с творогом	75	7,13	7	23,12	187,1
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>7,13</b>	<b>7</b>	<b>38,09</b>	<b>247</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 150</b>	<b>41,59</b>	<b>51</b>	<b>177,86</b>	<b>1 234,2</b>

Согласовано:

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



10.04.2024 (среда)

### Красноуфимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

№ 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>
<u>Полдник</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
437,03	Рогалик с яблоками	75	5,31	3	37,7	199,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>5,99</b>	<b>3</b>	<b>63,33</b>	<b>320,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 135</b>	<b>39,21</b>	<b>26</b>	<b>188,97</b>	<b>1 183,4</b>

Согласовано:

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



11.04.2024 (четверг)

### Красноуфимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

№ 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>775</b>	<b>22,11</b>	<b>22</b>	<b>91,38</b>	<b>660,7</b>
<u>Полдник</u>						
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
738,1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой	75	2,94	4	20,06	148
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>35,22</b>	<b>207,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 050</b>	<b>25,11</b>	<b>26</b>	<b>126,6</b>	<b>868,6</b>

Согласовано:

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



12.04.2024 (пятница)

## Красноуфимск ШУ Комплекс ГПД 7-11 170руб

№ 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>
<u>Полдник</u>						
707	Сок натуральный	200			22,4	95
741,04	Сдобничек с повидлом	75	5,38	11	36,04	312,1
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>5,38</b>	<b>11</b>	<b>58,44</b>	<b>407,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 125</b>	<b>37,36</b>	<b>33</b>	<b>153,83</b>	<b>1 188,3</b>