

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.В. Козырева

28.05.2024 (вторник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 478	Суфле из творога	80	7,19	7	11,73	165,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	3,42	6	20,34	253
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		550	18,46	19	71,97	707,4

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	220	3,33	7	15,26	129,8
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	25,56	43	102,64	909,5
		1 325	44,02	62	174,61	1 616,9

Главный технолог

Романова М.А.

по доверенности

№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



29.05.2024 (среда)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	5,61	7	34,85	226,2
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	19,41	17	125,47	774,3

Обед

12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	47,4
139	Суп картофельный с бобовыми	220	5,17	5	18,9	137,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	90	15,33	8	3,28	136,7
518	Картофель отварной	150	3,02	5	24,29	165
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	50	4,25	2	21,25	129,5
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
		875	37,86	28	137,78	945,2
		1 425	57,27	45	263,25	1 719,5

Главный
технолог


Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



30.05.2024 (четверг)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
972	Омлет натуральный	90	9,05	11	1,66	144,2
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,61	8	22,26	200,9
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	22,77	23	63,52	631,9
Обед						
840	Салат из свеклы с курагой и	60	0,94	4	8,12	69,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	220	1,82	5	8,89	92,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	90	18,92	19	14,53	261,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
633,02	Компот из яблок и ягод	200	0,31		30,8	128,3
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		805	35,04	37	125,97	947,3
		1 355	57,81	60	189,49	1 579,2

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



31.05.2024 (пятница)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

334	Макаронные изделия	170	15,05	11	40,46	247,4
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		550	18,18	12	82,77	450,4

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и	60	0,56	4	1,33	43
1 016	Суп-пюре овощной	220	2,22	5	13,89	129,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
827	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		810	26,24	28	124,16	910,9
		1 360	44,42	40	206,93	1 361,3

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



01.06.2024 (суббота)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	200	4,34	5	38,3	214,6
806,13	Маффин ванильный	40	5,48	6	6,36	99,3
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
		500	18,16	16	94,06	590,2

Обед

1 024	Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью	60	0,96	3	6,06	56,3
1 014	Суп с макаронными изделиями	220	2,35	5	16,98	119,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	240	27,42	11	27,94	314,2
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	36,05	21	95,93	722,9
		1 275	54,21	37	189,99	1 313,1

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Э.Козырева

03.06.2024 (понедельник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	220	8,58	9	34,98	264
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		600	15,45	14	78,7	559,1

Обед

809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,59	6	18,25	54,8
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	220	2,33	6	16,52	130,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155
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	30	2,55	1	12,75	77,7
941	Сдоба обыкновенная	60	5,68	3	35,49	177,7
		835	31,39	35	153,25	974,4
		1 435	46,84	49	231,95	1 533,5

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
№ 20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



04.06.2024 (вторник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 478	Суфле из творога	80	7,19	7	11,73	165,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	220	4,62	9	28,82	264
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		550	15,91	18	86,33	646,2

Обед

30	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами,	60	0,7	5	2,21	58,5
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	220	3,33	7	15,26	129,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028	Колбаска витаминная	90	19,99	5	6,5	216
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		805	37,77	26	110	894,7
		1 355	52,98	44	196,33	1 540,9

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



05.06.2024 (среда)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	3,42	6	20,34	253
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	21	20	110,78	911,3
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и	60	0,56	4	1,33	43
139	Суп картофельный с бобовыми	220	5,17	5	18,9	137,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
386	Рыба запеченная под молочным соусом	80	12,5	8	2,37	131,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
633,02	Компот из яблок и ягод	200	0,31		30,8	128,3
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	50	4,25	2	21,25	129,5
938	Ватрушка с повидлом	60	3,77	4	39,96	208,2
		865	36,87	29	170,13	1 107,2
		1 415	57,87	49	280,91	2 018,5

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



06.06.2024 (четверг)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

972	Омлет натуральный	90	9,05	11	1,66	144,2
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	220	8,58	9	34,98	264
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	20,97	20	69,13	564,9

Обед

12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	47,4
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	220	1,82	5	8,89	92,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 099	Запеканка картофельная с куриным фаршем	210	5,01	12	45,12	315,1
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	13,25	24	107,21	725,5
		1 325	34,22	44	176,34	1 290,4

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

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



07.06.2024 (пятница)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

334	Макаронные изделия	170	15,05	11	40,46	247,4
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
		550	18,08	12	84,77	450,4

Обед

840	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	0,94	4	8,12	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	220	2,72	5	13,89	129,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
661	Котлета Домашняя	90	14	12	14,39	279
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		810	26,16	28	125,86	976,6
		1 360	44,24	40	210,63	1 427

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



08.06.2024 (суббота)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	200	4,34	5	38,3	214,6
806,13	Маффин ванильный	40	5,48	6	6,36	99,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
		500	22	26	93,47	682,3

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 014	Суп с макаронными изделиями	220	2,35	5	16,98	119,5
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
995	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	26,76	34	100,81	728,2
		1 275	48,76	54	194,28	1 410,5

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

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



10.06.2024 (понедельник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	220	4,62	9	28,82	264
976	Яблоки свежие	150	0,6	1	14,7	70,5
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		600	7,65	10	73,13	467

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,75	3	11,02	80,3
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	220	2,33	6	16,52	130,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 054	Котлета Детская мясная	90	14	12	14,39	226,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	26,17	29	114,14	845,8
		1 375	32,92	39	187,27	1 312,8

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



11.06.2024 (вторник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 478	Суфле из творога	80	7,19	7	11,73	165,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2,1	10,88	64,2
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	3,42	6	20,34	253
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		550	18,46	19	71,97	707,4

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	220	3,33	7	15,26	129,8
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	25,56	43	102,64	909,5
		1 325	44,02	62	174,61	1 616,9

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



13.06.2024 (четверг)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------


Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	220	5,61	7	34,85	226,2
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	19,41	17	125,47	774,3

Обед

12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	47,4
139	Суп картофельный с бобовыми	220	5,17	5	18,9	137,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	90	15,87	8,37	3,28	136,7
518	Картофель отварной	150	3,02	5	24,29	165
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	50	4,25	2	21,25	129,5
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
		875	37,86	28	137,78	945,2
		1 425	57,27	45	263,25	1 719,5

Главный
технолог

 Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



14.06.2024 (пятница)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

972	Омлет натуральный	90	9,05	11	1,66	144,2
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,61	8	22,26	200,9
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	22,77	23	63,52	631,9

Обед

840	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	0,94	4	8,12	69,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	220	1,82	5	8,89	92,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15		0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	90	18,92	19	14,53	261,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
633,02	Компот из яблок и ягод	200	0,31		30,8	128,3
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		805	35,04	37	125,97	947,3
		1 355	57,81	60	189,49	1 579,2

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О. Э. Козырева



15.06.2024 (суббота)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

334	Макаронные изделия запеченные с сыром	170	15,05	11	40,46	247,4
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		550	18,18	12	82,77	450,4

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 016	Суп-пюре овощной	220	2,22	5	13,89	129,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
827	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		810	26,24	28	124,16	910,9
		1 360	44,42	40	206,93	1 361,3

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



17.06.2024 (понедельник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	200	4,34	5	38,3	214,6
806,13	Маффин ванильный	40	5,48	6	6,36	99,3
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
		500	18,16	16	94,06	590,2

Обед

1 024	Салат из белокочанной капусты с яблоками и морковью	60	0,96	3	6,06	56,3
1 014	Суп с макаронными изделиями	220	2,35	5	16,98	119,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	240	27,42	11	27,94	314,2
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	36,05	21	95,93	722,9
		1 275	54,21	37	189,99	1 313,1

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



18.06.2024 (вторник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	220	8,58	9	34,98	264
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,81	4,7	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		600	15,45	14	78,7	559,1

Обед

809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,59	6	18,25	54,8
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	220	2,33	6	16,52	130,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	90	14	12	14,39	219,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155
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	30	2,55	1	12,75	77,7
941	Сдоба обыкновенная	60	5,68	3	35,49	177,7
		835	31,39	35	153,25	974,4
		1 435	46,84	49	231,95	1 533,5

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



19.06.2024 (среда)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 478	Суфле из творога	80	7,19	7	11,73	165,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	220	4,62	9	28,82	264
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		550	15,91	18	86,33	646,2

Обед

30	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами,	60	0,7	5	2,21	58,5
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	220	3,33	7	15,26	129,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028	Колбаска витаминная	90	19,99	5	6,5	216
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		805	37,07	26	110	894,7
		1 355	52,98	44	196,33	1 540,9

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



20.06.2024 (четверг)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	3,42	6	20,34	253
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	21	20	110,78	911,3
Обед						
1 249	Салат из свежих помидоров и	60	0,56	4	1,33	43
139	Суп картофельный с бобовыми	220	5,17	5	18,9	137,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
386	Рыба запеченная под молочным	80	12,5	2	2,37	131,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
633,02	Компот из яблок и ягод	200	0,31		30,8	128,3
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 148	Хлеб ржаной	50	4,25	2	21,25	129,5
938	Ватрушка с повидлом	60	3,77	4	39,96	208,2
		865	36,87	29	170,13	1 107,2
		1 415	57,87	49	280,91	2 018,5

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



21.06.2024 (пятница)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

972	Омлет натуральный	90	9,05	11	1,66	144,2
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	220	8,58	9	34,98	264
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
		550	20,97	20	69,13	564,9

Обед

12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,46	4	1,43	47,4
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	220	1,82	5	8,89	92,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 099	Запеканка картофельная с куриным фаршем	210	5,01	12	45,12	315,1
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	13,25	24	107,21	725,5
		1 325	34,22	44	176,34	1 290,4

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



22.06.2024 (суббота)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

334	Макаронные изделия	170	15,05	11	40,46	247,4
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
		550	18,08	12	84,77	450,4

Обед

840	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	0,94	4	8,12	69,5
1 016	Суп-пюре овощной	220	2,22	5	13,89	129,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
661	Котлета Домашняя	90	14	12	14,39	279
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
1 126	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7
707	Сок натуральный	200			22,4	95
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
		810	26,16	28	125,86	976,6
		1 360	44,24	40	210,63	1 427

Главный
технолог

Романова М.А.
по доверенности
от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

24.06.2024 (понедельник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

810	Бутерброд с сыром	40	6,72	5	24,67	168
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	200	4,34	5	38,3	214,6
806,13	Маффин ванильный	40	5,43	6	6,36	99,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
		500	22	20	93,47	682,3

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,56	4	1,33	43
1 014	Суп с макаронными изделиями	220	2,35	5	16,98	119,5
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
995	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155
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	30	2,74	1	12,75	77,7
		775	26,76	34	100,81	728,2
		1 275	48,76	54	194,28	1 410,5

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024.

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



25.06.2024 (вторник)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	220	4,62	9	28,82	264
976,03	Фрукт	150	0,6	1	14,7	70,5
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		600	7,65	10	73,13	467

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	60	0,75	3	11,02	80,3
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	220	2,33	6	16,52	130,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 054	Котлета Детская мясная	90	14	12	14,39	226,1
995	Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	26,17	29	114,14	845,8
		1 375	33,82	39	187,27	1 312,8

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю. Козырева



26.06.2024 (среда)

Красноуфимск Школьный лагерь 7-11 302,8

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 478	Суфле из творога	80	7,19	7	11,73	165,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	220	3,42	6	20,34	253
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
		550	18,46	19	71,97	707,4

Обед

1 249	Салат из свежих помидоров и	60	0,56	4	1,33	43
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	220	3,33	7	15,26	129,8
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
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	30	2,55	1	12,75	77,7
		775	25,56	43	102,64	909,5
		1 325	44,02	62	174,61	1 616,9

Главный технолог

Романова М.А.
по доверенности
№20-2024 от 01.01.2024