

Согласовано: *Заведующий*

Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

09.12.2024 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

09.12.2024 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

09.12.2024 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным				180	3,78	8	23,58	216
1 148	Хлеб ржаной				20	1,7	1	11,7	51,8
97	Сыр (порциями)				10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком				200	1,36	2	20	88,1
Итого за Завтрак					410	9,53	14	55,28	392,2

Завтрак 2									
707	Сок натуральный				100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2					100			11,2	47,5

Обед									
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)				5	1,15	1	0,04	11,8
1 175	Рассольник домашний со сметаной				200	1,91	5	10,79	92,4
827	Биточек мясной рубленый				70	10,89	9	11,19	170,4
1 126	Соус томатный				20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом				130	5,61	4	35,5	184,4
1 318	Кисель витаминизированный				180	0,05		20,7	83,3
897	Хлеб пшеничный				25	2,68	1	13,38	68,5
1 147	Хлеб ржаной.				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед					640	23,26	21	97,01	647,8

Полдник									
1 297	Запеканка из творога с рисом				70	7,73	6	10,7	127,7
904	Соус молочный (сладкий)				20	0,4	1	2,69	21,7
1 188	Чай с сахаром				180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный				10	1,07		5,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник					290	10,05	7	37,39	260,2
Итого за день					1 440	42,84	42	200,88	1 347,7

Согласовано: *Заведующий*

Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

09.12.2024 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

09.12.2024 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

09.12.2024 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным				160	3,36	7	20,96	192
1 148	Хлеб ржаной				20	1,7	1	11,7	51,8
97	Сыр (порциями)				5	1,35	1		18,2
854	Чай с молоком				180	1,23	1	18	79,2
Итого за Завтрак					365	7,64	10	50,66	341,2

Завтрак 2									
707	Сок натуральный				100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2					100			11,2	47,5

Обед									
1 175	Рассольник домашний со сметаной				150	1,43	4	8,09	69,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)				5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый				60	9,33	8	9,59	146,1
1 126	Соус томатный				20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом				110	4,75	3	30,04	156
397	Кисель из сухофруктов				150	0,21		27,96	113,7
897	Хлеб пшеничный				20	2,14	1	10,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Обед					525	19,98	18	91,83	588,7

Полдник									
1 297	Запеканка из творога с рисом				50	5,52	4	7,64	91,2
904	Соус молочный (сладкий)				20	0,4	1	2,69	21,7
1 188	Чай с сахаром				150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный				10	1,07		5,35	27,4
1 147	Хлеб ржаной.				10	0,85		4,25	25,9
Итого за Полдник					240	7,84	5	31,93	214,1
Итого за день					1 230	35,46	33	185,62	1 191,5

Согласовано:  Утверждаю директор

ООО "Комбинат детского питания"

Ю. Козырева

10.12.2024 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г		Жиры г		Углеводы г		ЭЦ ккал
			г	г	г	г			
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	180	5,45	8	25,67			198,3	
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94			136,8	
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	30	1,88	6	12,41			113,3	
	Итого за Завтрак	390	10,78	18	51,02			448,4	

Завтрак 2									
707	Сок натуральный	100						11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100						11,2	47,5

Обед									
999	Капуста тушеная	40	0,96	2	3,8				34,1
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,97	2	14,04				85
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04				11,8
1 063	Тефтели рыбные.	70	8,86	4	9,2				109,5
995	Щуре картофельное	130	2,87	9	32,22				199,3
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99				91,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38				68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25				25,9
	Итого за Обед	660	19,47	19	98,92				625,2

Полдник									
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14				169,5
1 188	Чай с сахаром	200			16				63,8
	Итого за Полдник	250	3,19	4	46,14				233,3
	Итого за день	1 400	33,44	41	207,28				1 354,4

Согласовано:  Утверждаю директор

ООО "Комбинат детского питания"

Ю. Козырева

10.12.2024 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г		Жиры г		Углеводы г		ЭЦ ккал
			г	г	г	г			
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	180	5,45	8	25,67			198,3	
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78			114	
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	25	1,56	5	10,34			94,4	
	Итого за Завтрак	355	9,89	16	46,79			406,7	

Завтрак 2									
707	Сок натуральный	100						11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100						11,2	47,5

Обед									
999	Капуста тушеная	30	0,72	1	2,85				25,6
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	10,53				63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04				11,8
1 063	Тефтели рыбные.	60	7,59	4	7,88				93,9
995	Щуре картофельное	110	2,43	8	27,26				168,7
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32				75,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7				54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25				25,9
	Итого за Обед	535	16,47	17	81,83				520,3

Полдник									
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14				169,5
1 188	Чай с сахаром	180			14,4				57,5
	Итого за Полдник	230	3,19	4	44,54				227
	Итого за день	1 220	29,55	37	184,36				1 201,5

Согласовано
 Завершено
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева
 11.12.2024 (среда)
 Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева
 11.12.2024 (среда)
 Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г				ЭЦ ккал
		Белки	Жиры	Углево-ды Г	Л	
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	5	32,21	218,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
	Итого за Завтрак	410	10,66	8	58,5	370,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	73,3

Завтрак						
Обед						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
1 033	Свекольник со сметаной	180	2,07	2	17,03	98,4
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9	11,19	170,4
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	130	2,9	4	30,34	191,1
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
	Итого за Обед	645	20,7	19	106	709

Полдник						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	Итого за Полдник	250	8,95	9	42,7	293,5
	Итого за день	1 405	40,71	36	217	1 446,6

Согласовано
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева
 11.12.2024 (среда)
 Красноуфимск Яс I-3 г 173 руб

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева
 11.12.2024 (среда)
 Красноуфимск Яс I-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г				ЭЦ ккал
		Белки	Жиры	Углево-ды Г	Л	
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	5	28,63	194,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
	Итого за Завтрак	365	9,24	8	51,6	325,5
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	73,3

Завтрак						
Обед						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
1 033	Свекольник со сметаной	150	1,73	2	14,19	82
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	60	9,33	8	9,59	146,1
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
512	Рис припущенный	110	2,45	3	25,67	161,7
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
	Итого за Обед	550	17,75	17	90,09	607,8

Полдник						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
	Итого за Полдник	200	7,5	8	40,35	263,5
	Итого за день	1 215	34,89	33	191,84	1 270,1



Согласовано: *Завтрак*
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева
12.12.2024 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб


№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г			Жир г			Углевод д/л/г			ЭЦ ккал
		г	г	г	г	г	г	г	г	г	
Завтрак											
1 284	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	9	16,82						198,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94						136,8
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	30	1,88	6	12,41						113,3
Итого за Завтрак		410	14,75	19	42,17						448,3
Завтрак 2											
707	Сок натуральный	100								11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100								11,2	47,5
Обед											
813	Икра кабачковая пром. производства	30	0,36	4	2,22						29,1
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
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61						178,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16						11,1
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1						148,2
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07						108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38						68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25						25,9
Итого за Обед		675	27,46	22	101,7						718,1
Полдник											
892	Омлет с картофелем	70	4,78	6	6,75						99,3
699	Напиток лимонный	180	0,13		21,99						91,1
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35						27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25						25,9
Итого за Полдник		270	6,83	6	38,34						243,7
Итого за день		1 455	49,04	47	193,41						1 457,6



Согласовано: *Завтрак*
Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева
12.12.2024 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г			Жир г			Углевод д/л/г			ЭЦ ккал
		г	г	г	г	г	г	г	г	г	
Завтрак											
1 284	Суп молочный с вермишелью	170	8	8	14,29						168,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78						114
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	25	1,56	5	10,34						94,4
Итого за Завтрак		345	12,44	16	35,41						376,9
Завтрак 2											
707	Сок натуральный	100								11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100								11,2	47,5
Обед											
813	Икра кабачковая пром. производства	30	0,36	4	2,22						29,1
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58						81,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9						20
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	60	10,18	9	8,23						152,9
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16						11,1
1 032	Каша гречневая вязкая.	120	3,23	3	20,4						136,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22						90,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7						54,8
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25						25,9
Итого за Обед		565	22,67	19	83,66						602,3
Полдник											
892	Омлет с картофелем	60	4,1	5	5,78						85,1
699	Напиток лимонный	150	0,11		18,32						75,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35						27,4
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25						25,9
Итого за Полдник		230	6,13	5	33,7						214,3
Итого за день		1 240	41,24	40	163,97						1 241

Согласовано:  Утверждено директором ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

13.12.2024 (пятница)


Красноуфимск ДОУ 3-7 л 195 руб

№ рецептуры	Наименование блюда		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным		180	6,73	7	24,4	169,1
919	Какао с молоком		180	7,08	4	18,07	171
810	Бутерброд с сыром		30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак			390	18	14	52,76	428,8

Завтрак 2							
707	Сок натуральный	100				11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100				11,2	47,5

Обед							
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93			1,95	12
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со **Фигурки рыбные	200	3,28	6	14,74	123	123
1 699,05	**Фигурки рыбные	50	7,32	11	3,62	139,6	139,6
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7	15,7
995	Пюре картофельное	130	2,87	9	32,22	199,3	199,3
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2	89,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		5,85	25,9	25,9
Итого за Обед		645	18,21	28	94,75	673,2	673,2

Полдник							
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197	197
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120	120
Итого за Полдник		250	9,58	12	40,33	317	317
Итого за день		1 385	45,79	54	199,04	1 466,5	1 466,5

Согласовано:  Утверждено директором ООО "Комбинат общественного питания" Ю. Козырева

13.12.2024 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 173 руб

№ рецептуры	Наименование блюда		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным		150	5,61	6	20,33	140,9
919	Какао с молоком		180	7,08	4	18,07	171
810	Бутерброд с сыром		25	3,49	3	8,57	73,9
Итого за Завтрак			355	16,18	13	46,97	385,8

Завтрак 2							
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34			12,81	60,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34			12,81	60,3

Обед							
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93			1,95	12
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со **Фигурки рыбные	150	2,46	4	11,06	92,3	92,3
1 699,05	**Фигурки рыбные	50	7,32	11	3,62	139,6	139,6
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7	15,7
995	Пюре картофельное	110	2,43	8	27,26	168,7	168,7
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		5,85	25,9	25,9
Итого за Обед		540	16,39	25	79,85	583,3	583,3

Полдник							
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197	197
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90	90
Итого за Полдник		200	8,13	11	37,98	287	287
Итого за день		1 195	41,04	49	177,61	1 316,4	1 316,4