

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева
15.04.2024 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,82	3	24,02	178,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		510	10,38	6	70,79	425,9
Итого за день		510	10,38	6	70,79	425,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева
16.04.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 150	Котлета из мяса кур	80	16,82	17	12,91	232,4
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
995	Пюре картофельное	120	2,64	4	17,67	118,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Завтрак		500	25,71	24	79,21	610,3
Итого за день		500	25,71	24	79,21	610,3

Согласовано:

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



17.04.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	235	3,69	5	45,7	243,5
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		500	10,32	10	83,91	477,6
Итого за день		500	10,32	10	83,91	477,6

Согласовано:

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



18.04.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,6	1	10,94	84,8
891	Омлет запеченный или паровой	130	13,3	16	2,41	204,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		500	17,89	18	51,85	478,4
Итого за день		500	17,89	18	51,85	478,4

Согласовано:

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



19.04.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33	84
1 297	Запеканка из творога с рисом	150	16,57	12	22,93	273,7
1 142	Повидло	40	0,04		6,56	27,1
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	40	3,24		19,52	96,8
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
Итого за Завтрак		500	26,27	18	97,43	704,3
Итого за день		500	26,27	18	97,43	704,3

Согласовано:

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



20.04.2024 (суббота)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
6,2	Каша из крупы "Геркулес" молочная	200	7,1	8	29,62	223,8
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
Итого за Завтрак		555	14,67	18	79,32	611,7
Итого за день		555	14,67	18	79,32	611,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева
22.04.2024 (понедельник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,6	1	10,94	84,8
302	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	150	6,47	6	37,41	228,1
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
976,03	Фрукт	110	0,44		10,78	51,7
897	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3
Итого за Завтрак		505	9,83	7	79,42	460,8
Итого за день		505	9,83	7	79,42	460,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева
23.04.2024 (вторник)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	90	10,64	11	5,62	179
600,01	Соус сметанный с томатом	20	0,28	1	1,35	15,8
995	Пюре картофельное	150	3,29	5	22,09	147,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	17,53	18	62,29	502,6
Итого за день		500	17,53	18	62,29	502,6

Согласовано:

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



24.04.2024 (среда)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
810	Бутерброд с сыром	40	4,48	3	16,44	112
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	230	6,91	9	23,27	210,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		500	13,82	12	69,32	454,6
Итого за день		500	13,82	12	69,32	454,6

Согласовано:

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



25.04.2024 (четверг)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
604	Кукуруза отварная	30	3,4	3	19,8	40,5
1 020	**Плов с мясом птицы	210	19,54	24	40,62	398,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
Итого за Завтрак		500	27,98	28	102,97	649,5
Итого за день		500	27,98	28	102,97	649,5

Согласовано:

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



26.04.2024 (пятница)

Красноуфимск ШУ Завтрак 7-11 104 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
437,06	**Гуляш из мяса свинины	90	10,27	25	3,66	279,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,31	5	38,36	235,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	20,71	31	80,13	698,7
Итого за день		500	20,71	31	80,13	698,7