

Согласовано:

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



22.01.2024 (понедельник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,62	6	47,56	216,1
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		405	10,72	11	73,13	377,6
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	4	3,7	48,5
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	4	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	9,81	10	9,69	167,4
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	148,2
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
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		670	23,3	23	94,89	732,3
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	37,2	203,5
1 604	Кисломолочный напиток	180	5,22	5	7,2	90,9
Итого за Полдник		230	8,97	10	44,4	294,4
Итого за день		1 405	42,99	44	223,62	1 451,8

Согласовано:

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



23.01.2024 (вторник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	2,64	5	15,72	195,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
Итого за Завтрак		400	8,39	15	48,21	498,8
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
834,01	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	50	0,61	5	4,79	67,4
124,06	*Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур	180	1,49	4	7,28	75,9
893,01	Жаркое по-домашнему	180	11,9	22	20,47	326,6
932,01	Компот из изюма	180	0,41		25,32	105,3
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		650	19,39	32	85,25	725,5
<u>Полдник</u>						
945	Шарлотка творожная с яблоками	70	9,89	7	9,74	141,4
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		290	16,09	14	21,83	283,1
Итого за день		1 440	44,27	61	165,09	1 554,4

Согласовано:

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



24.01.2024 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		400	11,39	9	66,32	401,5
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	3,05	39,8
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	180	3,35	2	14,32	91,5
910	Запеканка картофельная с печенью*	150	12,24	8	26,48	241,9
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72	115,5
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		620	21,31	14	98,96	639
<u>Полдник</u>						
1 190	Ватрушка с творогом	50	4,75	5	15,41	124,7
1 604	Кисломолочный напиток	180	5,22	5	7,2	90,9
Итого за Полдник		230	9,97	10	22,61	215,6
Итого за день		1 350	42,67	33	199,09	1 303,6

Согласовано:

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



25.01.2024 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,79	3	28,83	214,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
Итого за Завтрак		410	9,03	11	58,42	415,6
<u>Завтрак 2</u>						
925	Напиток апельсиновый или	100	0,1		12,87	52,6
Итого за Завтрак 2		100	0,1		12,87	52,6
<u>Обед</u>						
811	Горошек зеленый консервированный	50	1,55		3,25	20
1 033,01	*Свекольник со сметаной и мясом кур	180	2,07	2	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	8,27	9	6,42	139,2
959	Рагу из овощей	130	2,78	6	18,39	136,3
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		660	18,97	18	89,41	608,4
<u>Полдник</u>						
573	Голубцы с мясом и рисом	70	0,25			3,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Полдник		310	8,01	8	20,51	192,9
Итого за день		1 480	36,11	37	181,21	1 269,5

Согласовано:

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



26.01.2024 (пятница)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89	120,7
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
Итого за Завтрак		405	11,05	13	43,87	374,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	50	0,85	3	4,7	53,3
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками*	180	1,55	2	11,84	71,2
1 067	Суфле из птицы	70	11,11	5	9,06	121,6
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14	128
917,02	Компот из ягод	180	0,14		17,15	70,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		660	20,66	15	84,72	570
<u>Полдник</u>						
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		1 415	40,66	37	182,49	1 285,3