

Согласовано:

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



29.01.2024 (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>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
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	12,14	16	67,43	527,1
<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
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
444,01	Плов со свиной	150	9,35	18	35,38	338,1
932,01	Компот из изюма*	200	0,46		28,13	117,1
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		640	20,43	25	105,87	729,7
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	50	0,56	4	3,94	54,7
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		250	6,36	9	11,94	160,7
Итого за день		1 390	38,93	50	196,44	1 465

Согласовано:

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



30.01.2024 (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>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	3,57	7	22,27	204
810	Бутерброд с сыром	30	7,5	5	24,62	176,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		400	11,07	12	61,86	440,6
<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>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	47,2
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	200	3,72	2	15,91	101,7
1 076	Печень по-строгановски	120	2,43	8	4,32	305,3
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14	128
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		750	14,2	18	91,04	806,6
<u>Полдник</u>						
769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	133,8
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		270	13,29	12	18,29	264,7
Итого за день		1 520	38,66	42	184,06	1 564,5

Согласовано:

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



31.01.2024 (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>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20	127,8
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
Итого за Завтрак		400	8,5	11	54,13	381,8
<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
1 665	*Суп картофельный с крупой с мясом кур	180	1,31	2	10,73	63,4
1 054	Котлета Детская мясная	70	10,89	9	11,19	175,9
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,13	4	31,17	191
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		690	21,65	20	90,68	649,6
<u>Полдник</u>						
769,05	Булочка домашняя НУ	50	3,78	6	30,93	197
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		250	9,58	11	38,93	303
Итого за день		1 440	39,73	42	194,94	1 381,9

Согласовано:

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



01.02.2024 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972,06	Омлет натуральный НУ	160	16,09	20	2,95	256,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		400	18,59	28	34,47	467,3
<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>						
5,01	Салат из свеклы отварной	50	0,68	4	3,99	52,3
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	80	10,4	8	4,6	135
996	Пюре картофельное с морковью	130	2,1	3	18,22	106,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	18,9	18	86,51	590,5
<u>Полдник</u>						
1 012	Запеканка морковная с творогом	75	1,41	4	9,53	80,7
984	Соус ягодный	15	0,01		1,91	7,8
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник		290	1,65	4	40,33	206,6
Итого за день		1 490	39,54	50	171,11	1 311,4

Согласовано:

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



02.02.2024 (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>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	4	22,84	204
810	Бутерброд с сыром	30	7,5	5	24,62	176,7
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
Итого за Завтрак		400	15,65	13	61,84	532,7
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	50	0,95	5	4,39	67,9
1 021,05	*Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур	200	3,03	6	13,87	118
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	11,92	17	21,83	302,4
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36	55
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		650	20,51	31	77,63	689,2
<u>Полдник</u>						
1 043	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	60	3,9	3	24,54	139,5
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		260	9,7	9	33,94	259,5
Итого за день		1 410	45,86	53	184,61	1 528,9