

Согласовано:

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



18.11.2024 (понедельник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	5	30,42	206,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		400	7,78	13	61,09	404,5
Завтрак 2						
930	Напиток Ягодка	100	0,06		7,42	30,6
Итого за Завтрак 2		100	0,06		7,42	30,6
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1	16,29	97,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
444,01	Плов со свининой	200	12,47	24	47,18	450,8
932,01	Компот из изюма	180	0,41		25,32	104,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		640	22,03	33	108,8	793
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	3,15	1	37,8	167,9
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		250	8,95	6	45,8	273,9
Итого за день		1 390	38,82	52	223,11	1 502

Согласовано:

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



19.11.2024 (вторник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	3,57	7	22,27	204
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		400	7,76	10	47,53	352,6
Завтрак 2						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	47,2
1 030,06	*Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур	180	1,9	5	13,51	107
1 076	Печень по-строгановски	70	9,4	7	3,65	116,2
995	Пюре картофельное	130	2,87	9	32,22	199,3
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
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		650	18,51	25	94,09	659,1
Полдник						
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
971	Чай ягодный	180	0,09		14,4	53,9
Итого за Полдник		250	7,58	6	23,29	198,6
Итого за день		1 400	34,25	41	174,71	1 257,3

Согласовано:

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



20.11.2024 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20	127,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак		405	4,61	11	39,85	271,2
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
812	Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
1 665	*Суп картофельный с крупой с мясом кур	180	1,31	2	10,73	63,4
661,04	Котлета Домашняя*	70	9,92	13	9,04	199,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	4	35,5	184,4
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36	55
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		670	21,72	24	94,53	678,4
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
Итого за Полдник		230	3,95	5	52,17	309,7
Итого за день		1 405	30,28	40	197,75	1 306,8

Согласовано:

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



21.11.2024 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
972,06	Омлет натуральный НУ	165	16,6	21	3,05	264,3
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	4	18,54	102,6
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		400	18,14	25	36,56	426,8
Завтрак 2						
701,01	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
Обед						
5,01	Салат из свеклы отварной	50	0,68	3	6,49	52,3
1 039,02	*Суп с вермишелью и мясом кур	180	1,74	2	12,55	72,6
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03	118,1
995	Пюре картофельное	130	2,87	9	32,22	199,3
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72	115,5
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		650	17,99	22	101,27	658
Полдник						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
Итого за Полдник		260	7,26	6	33,01	205,9
Итого за день		1 410	43,44	53	184,04	1 344,5

Согласовано:

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



22.11.2024 (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	7	16,04	204
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	59,9
Итого за Завтрак		400	8,6	10	42,33	352,6
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	50	0,48	5	4,14	64
1 021,05	*Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур	180	2,73	5	12,49	106,2
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	26,2	362,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
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		650	21,78	33	85,51	762,5
<u>Полдник</u>						
1 217,01	Слойка с начинкой®	65	0,38		12,93	161,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Полдник		265	0,38		27,9	221,1
Итого за день		1 415	31,16	43	165,54	1 383,2