

Согласовано:



Прозорова Е. А.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

04.09.2023 (понедельник)

Краснотуринск ШУ 5-1кл Комплекс 279,50р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 97 | Сыр (порциями) | 15 | 3,9 | 4 | | 52,8 |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 302 | Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным | 250 | 10,59 | 10 | 54,92 | 382,6 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,03 | | 12,2 | 60,5 |
| 976,03 | Фрукт | 150 | 0,6 | 1 | 14,7 | 70,5 |
| Итого за Завтрак | | 660 | 22,46 | 20 | 106,48 | 770,8 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 836 | Огурцы свежие порционно | 100 | 0,8 | | 12,59 | 55,1 |
| 1 015 | Суп-лапша на курином бульоне | 250 | 5,55 | 5 | 15,75 | 158 |
| 1 075 | Плов с мясом птицы | 220 | 17,03 | 9 | 42,72 | 322,6 |
| 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 | | 810 | 27,16 | 15 | 116,81 | 751,6 |
| Итого за день | | 1 470 | 49,62 | 35 | 223,29 | 1 522,4 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

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



05.09.2023 (вторник)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 279,50р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 827 | Биточек мясной рубленый | 100 | 15,55 | 13 | 15,99 | 243,4 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,95 | 6 | 26,51 | 177,2 |
| 686 | Чай с лимоном* | 200 | 0,06 | | 15,16 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 12,75 | 77,7 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 24,01 | 21 | 81,52 | 622,4 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 817 | Маринад овощной | 100 | 0,95 | 10 | 8,28 | 128 |
| 1 058 | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 250 | 2,97 | 7 | 16,43 | 137 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,14 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 437,01 | Гуляш из мяса свинины | 100 | 13,35 | 25 | 3,88 | 275 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 7 | 47,22 | 289 |
| 707 | Сок натуральный | 200 | | | 22,4 | 95 |
| 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 | | 875 | 30,79 | 51 | 116,51 | 1 036 |
| Итого за день | | 1 425 | 54,8 | 72 | 198,03 | 1 658,4 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

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



06.09.2023 (среда)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 279,50р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дыг | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 101 | Салат из моркови и яблок с маслом растительным | 100 | 0,86 | 5 | 8,03 | 83,2 |
| 1 073 | Пудинг творожно-манный | 200 | 29,96 | 18 | 31,92 | 474 |
| 902 | Молоко сгущеное | 20 | 1,58 | 2 | 10,88 | 64,2 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | | 14,64 | 72,6 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 34,83 | 25 | 80,44 | 753,9 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 100 | 1,75 | 5 | 9,91 | 94,4 |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 250 | 7,71 | 2 | 22,63 | 135,4 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 20 | 2,59 | | 15,62 | 80 |
| 907,01 | Тефтели мясные с луком с соусом | 100 | 2,09 | 9 | 12,73 | 139,6 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,1 | 6 | 43,16 | 264,5 |
| 917,02 | Компот из ягод | 200 | 0,15 | | 19,06 | 78,4 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Обед | | 870 | 23,09 | 23 | 131,61 | 844,1 |
| Итого за день | | 1 420 | 57,92 | 48 | 212,05 | 1 598 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

07.09.2023 (четверг)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 279,50р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 661 | Котлета Домашняя | 100 | 15,55 | 13 | 15,99 | 310 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 210 | 8,29 | 7 | 50,35 | 308,6 |
| 919 | Какао с молоком | 200 | 3,87 | 4 | 20,08 | 190 |
| 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 | | 550 | 31,03 | 25 | 104,68 | 908,8 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 100 | 1,2 | 7 | 7,4 | 97 |
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 250 | 2,64 | 6 | 18,77 | 148,7 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,14 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 028 | Котлета рыбная | 100 | 18,88 | 14 | 12,28 | 252,6 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,95 | 6 | 26,51 | 177,2 |
| 914,02 | Снежок | 200 | 5,8 | 6 | 8 | 118 |
| 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 | | 875 | 36,93 | 41 | 91,26 | 905,5 |
| Итого за день | | 1 425 | 67,96 | 66 | 195,94 | 1 814,3 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

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



08.09.2023 (пятница)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 279,50р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 050 | Бефстроганов* | 100 | 17,45 | 19 | 6 | 301,1 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 7 | 47,22 | 289 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| 1 141 | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,75 | 5 | 37,2 | 203,5 |
| Итого за Завтрак | | 555 | 32,39 | 32 | 116,02 | 918,3 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 163 | Салат из моркови с сахаром | 100 | 1,38 | 1 | 11,2 | 61,3 |
| 1 152 | Суп кудрявый с пшеном и яйцом | 250 | 4,19 | 4 | 20,68 | 138,3 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,14 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 168 | Птица, тушенная в сметанном соусе | 100 | 24,76 | 8 | 3,11 | 177,2 |
| 512 | Рис припущенный | 180 | 4,01 | 5 | 42,01 | 264,6 |
| 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. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 880 | 39,35 | 20 | 112,28 | 827,5 |
| Итого за день | | 1 435 | 71,74 | 52 | 228,3 | 1 745,8 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

11.09.2023 (понедельник)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 279,50р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 259,01 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7 | 0,13 | 66,1 |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250 | 9,74 | 9 | 69,94 | 317,9 |
| 854 | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 2 | 17,18 | 88,1 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 |
| 976,03 | Фрукт | 160 | 0,64 | 1 | 15,68 | 75,2 |
| Итого за Завтрак | | 660 | 14,94 | 20 | 122,97 | 648,1 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 836 | Огурцы свежие порционно | 50 | 0,4 | | 6,3 | 27,5 |
| 812 | Кукуруза консервированная | 50 | 1,03 | 3 | 6,21 | 57,9 |
| 1 016 | Суп-пюре овощной | 250 | 2,53 | 5 | 15,78 | 147,5 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 20 | 2,59 | | 15,62 | 80 |
| 827 | Биточек мясной рубленый | 100 | 15,55 | 13 | 15,99 | 243,4 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 7,1 | 6 | 43,16 | 264,5 |
| 699 | Напиток лимонный | 200 | 0,14 | | 24,43 | 101,2 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 875 | 31,47 | 28 | 138,12 | 986,8 |
| Итого за день | | 1 535 | 46,41 | 48 | 261,09 | 1 634,9 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

12.09.2023 (вторник)

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 279,50р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 083 | Колбаска рыбная с яйцом (минтай) | 100 | 15,17 | 5 | 2,56 | 119,6 |
| 600,01 | Соус сметанный с томатом | 20 | 0,28 | 1 | 1,35 | 15,8 |
| 991 | Рис отварной * | 200 | 5,1 | 8 | 53,37 | 303,6 |
| 919 | Какао с молоком | 200 | 3,87 | 4 | 20,08 | 190 |
| 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 | | 560 | 27,74 | 19 | 95,62 | 729,2 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 024,01 | Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом | 100 | 1,6 | 5 | 10,09 | 93,9 |
| 1 021 | Борщ с капустой,картофелем и сметаной | 250 | 3,79 | 7 | 17,34 | 147,5 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,14 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 893,01 | Жаркое по-домашнему | 250 | 24,42 | 25 | 21,23 | 406,8 |
| 914 | Кисломолочный продукт | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 106 |
| 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 | | 845 | 40,07 | 44 | 74,96 | 866,2 |
| Итого за день | | 1 405 | 67,81 | 63 | 170,58 | 1 595,4 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

13.09.2023 (среда)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 279,50 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 97 | Сыр (порциями) | 15 | 3,9 | 4 | | 52,8 |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 1 101 | Салат из моркови и яблок с маслом растительным | 100 | 0,86 | 5 | 8,03 | 83,2 |
| 891 | Омлет запеченный или паровой | 200 | 20,46 | 24 | 3,7 | 314,3 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 |
| Итого за Завтрак | | 555 | 28,42 | 35 | 45,48 | 614,4 |
| Обед | | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 100 | 1,2 | 7 | 7,4 | 97 |
| 52 | Суп рыбный «Мозаика» | 250 | 6,67 | 4 | 18,13 | 132,1 |
| 1 105 | Гуляш из курицы | 100 | 21,68 | 7 | 3,83 | 162,8 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,06 | 7 | 47,22 | 289 |
| 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. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 875 | 42,82 | 26 | 124,46 | 909,8 |
| Итого за день | | 1 430 | 71,24 | 61 | 169,94 | 1 524,2 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

14.09.2023 (четверг)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 279,50 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дыг | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 966 | Голубцы ленивые из мяса кур | 100 | 13,48 | 14 | 6,46 | 175,1 |
| 901 | Соус красный основной | 20 | 0,14 | 1 | 1,5 | 15,7 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 200 | 7,89 | 7 | 47,95 | 293,9 |
| 686 | Чай с лимоном* | 200 | 0,06 | | 15,16 | 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 | | 560 | 24,89 | 23 | 89,33 | 644,8 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 818,02 | Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным | 100 | 1,75 | 5 | 9,94 | 94,3 |
| 1 113 | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,52 | 3 | 23,7 | 130,1 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,14 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 070 | Рыба тушеная в томате с овощами | 100 | 17,03 | 9 | 3,65 | 151,9 |
| 512 | Рис припущенный | 180 | 4,01 | 5 | 42,01 | 264,6 |
| 917,02 | Компот из ягод | 200 | 0,15 | | 19,06 | 78,4 |
| 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 | | 875 | 29,92 | 24 | 116,66 | 831,3 |
| Итого за день | | 1 435 | 54,81 | 47 | 205,99 | 1 476,1 |

Согласовано:



Прозорова Е. А.

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

15.09.2023 (пятница)

Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 279,50 р

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|--------------|--------------|-----------|-----------------|----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 259,01 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7 | 0,13 | 66,1 |
| 693 | Батон | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52,4 |
| 349,01 | Яйцо отварное шт | 50 | 5,08 | 5 | 0,28 | 62,8 |
| 1 073 | Пудинг творожно-манный | 200 | 29,96 | 18 | 31,92 | 474 |
| 1 142 | Повидло | 40 | 0,04 | | 6,56 | 27,1 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 12,75 | 77,7 |
| Итого за Завтрак | | 550 | 39,21 | 32 | 76,89 | 820 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 817 | Маринад овощной | 100 | 0,95 | 10 | 8,28 | 128 |
| 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 2,06 | 6 | 10,11 | 105,4 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,14 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 283,01 | Котлета по-Хлыновски * | 100 | 16,57 | 13 | 10,49 | 255,2 |
| 995 | Пюре картофельное | 180 | 3,95 | 6 | 26,51 | 177,2 |
| 912 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | | 23,88 | 99,1 |
| 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 | | 875 | 28,15 | 37 | 97,57 | 876,9 |
| Итого за день | | 1 425 | 67,36 | 69 | 174,46 | 1 696,9 |