

Согласовано:

Утверждаю директор
ОО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырь

30.09.2024 (

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеб. д
Завтрак					
693	Батон	40	3	1	20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	11	0
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	6,38	8	39
854	Чай с молоком	200	1,36	2	0
976,03	Фрукт (яблоко)	120	0,48		11
Итого за Завтрак		625	11,34	22	92

Обед

817	Маринад овощной	100	0,95	10	8
1 016	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	13
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11
1 027,12	**Биточки с адыгейским сыром	100	14,01	10	9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	8,63	6	54
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12
Итого за Обед		895	36,41	37	12
Итого за день		1 520	47,75	59	21

Согласовано:

Утверждаю директор
ОО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырь

01.10.20

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеб. д
Завтрак					
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	130	22,14	11	4
512	Рис припущенный	200	4,46	6	46

тор

ия"

эва

понеделник)

1,28р

лево- ы г	ЭЦ ккал
--------------	---------

0,56	104,8
------	-------

0,2	99,2
-----	------

0,61	257
------	-----

20	88,1
----	------

1,76	56,4
------	------

2,13	605,5
------	-------

,28	128
-----	-----

5,78	147,5
------	-------

1,71	60
------	----

,87	169,9
-----	-------

4,62	283,7
------	-------

8	106
---	-----

2,75	77,7
------	------

1,01	972,8
------	-------

3,14	1 578,3
------	---------

тор

ия"

эва

024 (вторник)

1,28р

лево- ы г	ЭЦ ккал
--------------	---------

,74	197,5
-----	-------

5,68	294
------	-----

971	Чай ягодный	200	0,1		
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	20
Итого за Завтрак		610	33	23	10

Обед

818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100	1,75	5	9
1 021	Борщ с капустой картофелем и сметаной	250	3,79	7	17
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0
1 025	**Жаркое по-домашнему из свинины	280	17,01	39	34
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27
894,01	Хлеб пшеничный.	30	2,43		14
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12
Итого за Обед		895	29,14	53	11
Итого за день		1 505	62,14	76	22

Согласовано:




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



02.10

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле д
-------------	--------------------	---------	---------	--------	--------

Завтрак

97	Сыр (порциями)	20	5,38	6	
693	Батон	50	3,75	1	2
814	Икра овощная морковная	100	0,93	6	0
972,06	Омлет натуральный НУ	200	20,12	25	3
828	Чай с сахаром*	200			14
Итого за Завтрак		570	30,18	38	50

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	14	0
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11
1 027,16	**Котлета куриная Сливочная	100	13,33	11	
998	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,07	10	58
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14

16	59,9
2,75	77,7
5,17	203,5
6,34	832,6

91	94,4
7,34	147,5
0,04	11,8
4,73	557,6
7,49	115,7
4,64	72,6
2,75	77,7
16,9	1 077,3
3,24	1 909,9

тор
ия"
эва

0.2024 (среда)

1,28р

лево- ы г	ЭЦ ккал
--------------	---------

	72,6
5,7	131
5,1	79,7
,69	320,4
4,97	59,9
0,46	663,6

7,4	97
2,63	135,4
1,71	60
	180
3,46	321,1
4,85	61,1

1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10
Итого за Обед		890	36,5	38	12
Итого за день		1 460	66,68	76	17

Согласовано:



Утверждаю директор
ОО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

03.10.20

Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

967,05	Голубцы ленивые мясные*	100	8,24	10	8
901	Соус красный основной	50	0,36	3	3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	6	49
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8
Итого за Завтрак		620	24,83	25	94

Обед

1 005	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5	2
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	250	4,19	4	20
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	120	20,44	11	4
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8
Итого за Обед		895	34,13	27	11
Итого за день		1 515	58,96	52	20

Согласовано:



Утверждаю директор
ОО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

04.10.20

0,63	64,8
5,68	919,4
6,14	1 583

тор

ия"

эва

024 (четверг)

1,28р

лево- ы г	ЭЦ ккал
--------------	---------

,17	157,4
,75	39,3
0,16	255,3
0,28	62,8
5,16	59,9
0,76	48,4
3,5	51,8
4,78	674,9

,61	61,6
0,68	138,3
0,04	11,8
,38	182,3
2,01	264,6
3,88	99,1
0,76	48,4
3,5	51,8
1,86	857,9
6,64	1 532,8

тор

ия"

эва

24 (пятница)


Краснотуринск ШУ 5-11кл Комплекс 334

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеб. д
<u>Завтрак</u>					
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0
693	Батон	40	3	1	20
1 163	Салат из моркови с сахаром	70	0,96	1	7
1 073	Пудинг творожно-манный	200	29,96	18	31
1 142	Повидло	40	0,04		6
828	Чай с сахаром*	200			14
Итого за Завтрак		560	34,04	27	81
<u>Обед</u>					
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	0,99	10	30
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	6	9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7
1 126	Соус томатный	40	0,24	1	2
995	Пюре картофельное	180	3,97	12	44
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8
Итого за Обед		915	23,76	54	12
Итого за день		1 475	57,8	81	20

1,28p

лево- ы г	ЭЦ ккал
--------------	---------

0,13	66,1
0,56	104,8
0,84	42,9
1,92	474
0,56	27,1
4,97	59,9
1,98	774,8

0,42	91,4
0,2	137,1
0,04	11,8
0,99	291,4
0,31	22,2
4,61	276
4,85	61,1
0,76	48,4
3,5	51,8
7,68	991,2
9,66	1 766