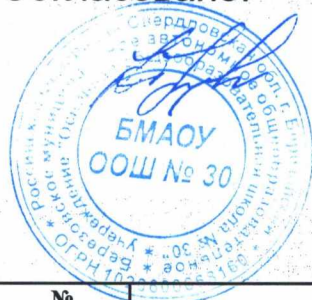


Согласовано:



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



13.10.2023 (пятница)

## Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	180	5,45	8	25,67	198,3
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,19	7	14,48	132,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>395</b>	<b>8,87</b>	<b>16</b>	<b>55,61</b>	<b>409,7</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b><u>Обед</u></b>						
835	Помидоры порционнно	20	0,22		2,75	24,8
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	180	2,73	5	12,49	106,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	180	20,56	8	20,95	235,7
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>615</b>	<b>29,42</b>	<b>15</b>	<b>82,13</b>	<b>612,4</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>10,38</b>	<b>10</b>	<b>43,87</b>	<b>304,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 350</b>	<b>49,07</b>	<b>41</b>	<b>191,41</b>	<b>1 373,9</b>

Согласовано:



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



12.10.2023 (четверг)

### Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
895	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	2,35	4	18,62	200
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
<b>Итого за Завтрак</b>		400	10,51	13	48,8	487,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
834	Салат из отварного картофеля, огурцов и репчатого лука	40	0,74	2	5,37	39,6

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



11.10.2023 (среда)

**Березовский ДОУ 3-7 л 180,04**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	3,78	8	23,58	216
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>9,69</b>	<b>15</b>	<b>51,15</b>	<b>411,3</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707,01	Сок натуральный*	100	0,3		11	52
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,3</b>		<b>11</b>	<b>52</b>
<b><u>Обед</u></b>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	40	0,5	2	7,35	53,5
1 329	Суп овсяный с овощами, сметаной	180	0,19		1,47	8,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076,01	Печень, тушеная в сметанном соусе	80	12,65	8	4,25	141,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,04	4	26,23	160,5
390	Компот из свежих плодов	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>635</b>	<b>23,82</b>	<b>16</b>	<b>83,66</b>	<b>590,8</b>

**Полдник**

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



10.10.2023 (вторник)

## Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,79	3	28,83	214,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
810	Бутерброд с сыром	35	5,83	4	19,15	137,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>395</b>	<b>15,07</b>	<b>11</b>	<b>60,92</b>	<b>488,4</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
820	Салат из отварной свеклы	30	0,44	1	2,6	24
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,49	4	7,28	75,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 086	Котлета рыбная запеченная с маслом	70	7,57	5	5,06	100,8
995	Пюре картофельное	120	2,64	4	17,67	118,1
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>635</b>	<b>18,05</b>	<b>16</b>	<b>78,55</b>	<b>564,5</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 182	Манник	60	4,01	5	37	207,1
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>9,23</b>	<b>11</b>	<b>45,46</b>	<b>315,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 370</b>	<b>42,35</b>	<b>38</b>	<b>196,13</b>	<b>1 415,5</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



09.10.2023 (понедельник)

## Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ 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
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>9,2</b>	<b>11</b>	<b>47,57</b>	<b>323,1</b>
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	3	2,96	38,8
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	180	2,95	5	13,27	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 081	Котлета из свинины Детская	70	3,29	6	8,76	104,5
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
512	Рис припущенный	120	2,68	4	28,01	176,4
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>665</b>	<b>15,23</b>	<b>21</b>	<b>101,77</b>	<b>682,7</b>
<u>Полдник</u>						
892	Омлет с картофелем	100	6,83	8	9,64	141,8
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>320</b>	<b>8,45</b>	<b>8</b>	<b>35,37</b>	<b>254</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 485</b>	<b>32,88</b>	<b>40</b>	<b>195,91</b>	<b>1 307,3</b>