

Согласовано



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

09.01.2024 (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>						
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	180	5,45	8	25,67	198,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
<b>Итого за Завтрак</b>		400	13,58	18	50,72	451,2
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b><u>Обед</u></b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	3	2,96	38,8
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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
824	Соус белый основной	20	0,13	1	0,74	10,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	161,6
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
<b>Итого за Обед</b>		675	27,76	19	104,04	699
<b><u>Полдник</u></b>						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
678,01	Бисквит яблочный	60	3,02	5	16,67	104,5
<b>Итого за Полдник</b>		240	8,24	10	23,87	199,9
<b>Итого за день</b>		1 415	49,58	47	189,83	1 397,6



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



10.01.2024 (среда)

## 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	200	3,66	4	22,23	142
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
<b>Итого за Завтрак</b>		420	8,34	10	48,71	315,6
<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>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	40	0,68	3	3,76	42,6
1 016	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 018	**Плов со свининой	180	11,48	21	42,22	422,7
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		650	19,21	29	109,41	827,6
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
<b>Итого за Полдник</b>		240	10,46	9	35,13	233,2
<b>Итого за день</b>		1 410	38,01	48	204,45	1 423,9



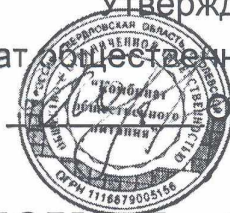


Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

12.01.2024 (пятница)

## 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>						
895	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	200	2,61	4	20,69	222,2
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	35	5,83	4	19,15	137,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>11,92</b>	<b>11</b>	<b>57,91</b>	<b>530,6</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
674	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,38</b>		<b>15,97</b>	<b>71,2</b>
<b><u>Обед</u></b>						
834,01	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	40	0,49	4	3,84	53,9
84	Суп картофельный со сметаной	200	2,14	3	16,22	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 061	Фрикаделька из мяса птицы	70	8,98	6	5,98	154,5
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
512	Рис припущенный	100	2,23	3	23,34	147
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>655</b>	<b>18,86</b>	<b>19</b>	<b>90,6</b>	<b>678,9</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
961	Омлет с капустой	120	9,13	18	4,12	214,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>320</b>	<b>10,83</b>	<b>19</b>	<b>26,99</b>	<b>323,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 490</b>	<b>41,99</b>	<b>49</b>	<b>191,47</b>	<b>1 604,4</b>





Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

*[Handwritten signature]*



## Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>435</b>	<b>11,51</b>	<b>16</b>	<b>56,3</b>	<b>410</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>						
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
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
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	148,2
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>20,09</b>	<b>15</b>	<b>101,47</b>	<b>653,3</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	150	5,39	4	32,78	192,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>370</b>	<b>7,09</b>	<b>5</b>	<b>57,25</b>	<b>307,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 570</b>	<b>38,69</b>	<b>36</b>	<b>226,22</b>	<b>1 418,7</b>

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
810	Бутерброд с сыром	35	5,83	4	19,15	137,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>435</b>	<b>17,49</b>	<b>15</b>	<b>95,18</b>	<b>581,7</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>						
14 519	Салат из белокочанной капусты с	40	1,02	3	3,98	42,7
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	10,79	92,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
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>665</b>	<b>22,22</b>	<b>21</b>	<b>86,65</b>	<b>637,4</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 066,01	**Сырники	70	7,7	7	13,94	158,2
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>8,1</b>	<b>8</b>	<b>28,61</b>	<b>227,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 440</b>	<b>47,81</b>	<b>44</b>	<b>221,64</b>	<b>1 494,4</b>



Согласовано


 Утверждаю директор  
 ООО "Азбука питания"


## Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ 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	200	4,2	8	26,2	240
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,19	7	14,48	132,2
<b>Итого за Завтрак</b>		435	10,23	19	55,06	524,2
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	40	0,37	2	2,44	31,9
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
1 076,01	Печень, тушенная в сметанном соусе	100	15,82	10	5,31	177,4
512	Рис припущенный	130	2,9	4	30,34	191,1
397	Кисель из сухофруктов	180	0,25		33,55	136,5
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>		685	27,37	23	107	780,2
<u>Полдник</u>						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
<b>Итого за Полдник</b>		240	10,46	8	33,87	220,6
<b>Итого за день</b>		1 460	48,46	50	205,73	1 572

Согласовано



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,8	9	31,8	240
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
<b>Итого за Завтрак</b>		415	11,13	15	57,86	420,8
<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>						
820	Салат из свеклы	40	0,59	2	3,46	32
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	4	4	11,34	113,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	70	14,72	15	11,3	203,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
518	Картофель отварной	100	2,02	4	16,2	110
912	Компот из свежих яблок	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>		645	27,19	28	88,09	703,6
<u>Полдник</u>						
961	Омлет с капустой	80	6,09	12	2,75	142,9
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Полдник</b>		280	7,79	13	25,62	252,2
<b>Итого за день</b>		1 440	46,11	56	182,77	1 424,1



Согласовано

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"**Березовский ДОУ 3-7 л 187,84**

19.01.2024 (пятница)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
869	Каша (гречневая, геркулес) молочная жидкая с маслом сливочным	200	3,4	5	20,07	140,3
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,19	7	14,48	132,2
<b>Итого за Завтрак</b>		415	5,67	12	52,78	344,3
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b><u>Обед</u></b>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	40	0,7	2	3,96	37,7
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 063	Тефтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,73	4	28,77	176,3
925	Напиток апельсиновый или	180	0,18		23,16	94,7
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>		685	23,54	16	105,93	684,2
<b><u>Полдник</u></b>						
678,01	Бисквит яблочный	50	2,51	4	13,89	87,1
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		250	8,31	10	23,29	207,1
<b>Итого за день</b>		1 450	37,52	38	193,2	1 283,1