



Согласовано:

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



05.02.2024 (понедельник)

Березовский ШУ комплекс 5-11 195,2 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	7,5	5	24,62	176,7
892	Омлет с картофелем	140	9,56	12	13,49	198,5
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		390	18,82	18	61,77	486,9
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 024	**Гуляш из мяса птицы	100	18,82	7	6,59	255,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		805	41,01	16	138,97	981,3
Итого за день		1 195	59,83	34	200,74	1 468,2

Согласовано:



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



06.02.2024 (вторник)

Березовский ШУ комплекс 5-11 195,2 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	250	5,6	6	43,85	248
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 141	Печенье детское (конд изд)	60	4,5	6	44,64	244,2
Итого за Завтрак		530	11,72	12	113,22	600,5
Обед						
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 070,01	Рыба тушеная с овощами	100	11,52	6	5,33	138,1
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Обед		790	24,39	19	112,33	780,3
Итого за день		1 320	36,11	31	225,55	1 380,8

Согласовано:



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



07.02.2024 (среда)

Березовский ШУ комплекс 5-11 195,2 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
871	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) молочная с маслом сливочным	250	9,62	12	45	354,2
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		500	13,2	19	80,88	579,2
Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
1 296,01	**Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	18,27	5	3,31	136,3
995	Пюре картофельное	90	1,98	3	13,25	88,6
999	Капуста тушеная	90	2,15	4	8,54	76,8
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73	105,2
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		770	31,8	19	90,57	663,7
Итого за день		1 270	45	38	171,45	1 242,9

Согласовано:



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



08.02.2024 (четверг)

Березовский ШУ комплекс 5-11 195,2 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	250	13,8	11	59,5	363,8
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		510	17,32	15	104,35	592,7
Обед						
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,41	28	4,07	310,3
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		770	27,22	43	113,47	952,2
Итого за день		1 280	44,54	58	217,82	1 544,9

Согласовано:



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



09.02.2024 (пятница)

Березовский ШУ комплекс 5-11 195,2 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250	3,93	5	48,62	259,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	29,76	162,8
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
Итого за Завтрак		550	11,91	10	120,74	632,1
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	158
1 308,02	**Биточек куриный	90	14,77	19	0,16	164,6
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Обед		760	26,16	31	72,4	637,7
Итого за день		1 310	38,07	41	193,14	1 269,8