

Согласовано:

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



05.02.2024 (понедельник)

Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,79	3	28,83	214,2
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,19	7	14,48	132,2
Итого за Завтрак		395	7,98	10	57,68	403,9
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	3	2,96	38,8
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	125,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,73	4	28,77	176,3
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
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		675	18,4	20	100,2	676,6
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
Итого за Полдник		230	9	12	39,39	305
Итого за день		1 400	35,38	42	208,47	1 433

Согласовано:

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



05.02.2024 (понедельник)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	160	5,14	3	25,63	190,4
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
Итого за Завтрак		335	6,7	8	47,95	332,7
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	2,22	29,1
139	Суп картофельный с бобовыми	150	3,53	3	12,89	94
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 081	Котлета из свинины Детская	60	2,82	5	7,51	89,5
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,95	3	23,98	146,9
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		550	15,34	15	83,16	560,2
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
Итого за Полдник		200	8,13	11	37,98	287
Итого за день		1 185	30,17	34	180,29	1 227,4

Согласовано:

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



06.02.2024 (вторник)

Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
Итого за Завтрак		400	13,58	18	50,72	451,2
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
820	Салат из свеклы	40	0,59	2	3,46	32
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
995	Пюре картофельное	110	2,42	4	16,2	108,3
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
Итого за Обед		665	20,43	21	77,23	582,5
<u>Полдник</u>						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
678,01	Бисквит яблочный	60	3,02	5	16,67	104,5
Итого за Полдник		240	8,24	10	23,87	199,9
Итого за день		1 405	42,25	49	163,02	1 281,1

Согласовано:

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



06.02.2024 (вторник)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	150	4,54	7	21,39	165,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78	114
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30	3,51	4	9,08	87,1
Итого за Завтрак		330	10,93	14	41,25	366,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
820	Салат из свеклы	30	0,44	1	2,6	24
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,24	4	6,06	63,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	50	7,67	5	5,9	98,9
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
995	Пюре картофельное	100	2,2	3	14,73	98,5
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		540	16,14	15	64,81	476,2
<u>Полдник</u>						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
678,01	Бисквит яблочный	60	3,02	5	16,67	104,5
Итого за Полдник		210	7,37	9	22,67	184
Итого за день		1 180	34,44	38	139,93	1 074

Согласовано:

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



07.02.2024 (среда)

Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

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
Итого за Завтрак		420	8,34	10	48,71	315,6

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

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
Итого за Обед		650	19,21	29	109,41	827,6

Полдник

920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
Итого за Полдник		240	10,46	9	35,13	233,2
Итого за день		1 410	38,01	48	204,45	1 423,9

Согласовано:

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



07.02.2024 (среда)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	160	2,92	3	17,78	113,6
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30	3,51	4	9,08	87,1
Итого за Завтрак		340	6,43	7	38,84	248,6
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	30	0,51	2	2,82	32
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 018	**Плов со свининой	150	9,57	18	35,19	352,3
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		520	15,5	23	88,14	666,8
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
Итого за Полдник		210	9,59	8	33,72	215,2
Итого за день		1 170	31,52	38	171,9	1 178,1

Согласовано:

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



08.02.2024 (четверг)

Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180	4,56	4	24,18	216
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
Итого за Завтрак		395	7,98	12	54,12	427,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 033	Свекольник со сметаной	200	2,3	3	18,92	109,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
910	Запеканка картофельная с печенью*	180	14,69	9	31,78	290,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		625	22,41	16	93,42	640,8
<u>Полдник</u>						
1 066,01	**Сырники	70	7,7	7	13,94	158,2
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
Итого за Полдник		270	8,1	8	31	237,4
Итого за день		1 390	38,49	36	189,74	1 353,1

Согласовано:

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



08.02.2024 (четверг)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	3,8	3	20,15	180
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12,89	66
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
Итого за Завтрак		325	6,38	9	43,38	340,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 033	Свекольник со сметаной	150	1,73	2	14,19	82
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
910	Запеканка картофельная с печенью*	150	12,24	8	26,48	241,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		510	18,87	13	77,42	534,1
<u>Полдник</u>						
1 066,01	**Сырники	70	7,7	7	13,94	158,2
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
Итого за Полдник		240	8,1	8	28,61	227,8
Итого за день		1 175	33,35	30	160,61	1 149,8

Согласовано:

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



09.02.2024 (пятница)

Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ 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	200	2,61	4	20,69	222,2
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	35	8,75	6	28,72	206,2
Итого за Завтрак		415	14,84	13	67,48	599,4
<u>Завтрак 2</u>						
674	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
Итого за Завтрак 2		100	0,38		15,97	71,2
<u>Обед</u>						
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	1,15	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
Итого за Обед		655	18,87	19	90,6	678,9
<u>Полдник</u>						
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
Итого за Полдник		320	10,83	19	26,99	323,7
Итого за день		1 490	44,92	51	201,04	1 673,2

Согласовано:

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



09.02.2024 (пятница)

Березовский Яс 168.94

№ 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	150	1,96	3	15,52	166,7
919	Какао с молоком	150	2,9	3	15,06	142,5
810	Бутерброд с сыром	25	6,25	4	20,51	147,3
Итого за Завтрак		325	11,11	10	51,09	456,5
<u>Завтрак 2</u>						
674	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
Итого за Завтрак 2		100	0,38		15,97	71,2
<u>Обед</u>						
834,01	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	30	0,36	3	2,88	40,4
84	Суп картофельный со сметаной	150	1,61	3	12,17	78,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 061	Фрикаделька из мяса птицы	60	7,7	6	5,12	132,5
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
512	Рис припущенный	80	1,78	2	18,67	117,6
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Обед		530	16,04	16	74,36	560,2
<u>Полдник</u>						
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
961	Омлет с капустой	100	7,61	15	3,44	178,6
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Полдник		265	8,89	15	21,8	265,4
Итого за день		1 220	36,42	41	163,22	1 353,3