

Согласовано:

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



12.02.2024 (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>						
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
Итого за Завтрак		435	11,51	16	56,3	410
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 049	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	1,15	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
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
Итого за Обед		665	20,1	15	101,47	653,3
<u>Полдник</u>						
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
Итого за Полдник		370	7,09	5	57,25	307,9
Итого за день		1 570	38,7	36	226,22	1 418,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева
12.02.2024 (понедельник)

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	160	4,84	7	22,82	176,2
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12,89	66
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30	3,51	4	9,08	87,1
Итого за Завтрак		340	9,37	12	44,79	329,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
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
1 032	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	125,4
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.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		540	16	12	80,32	525,9
<u>Полдник</u>						
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	130	4,67	4	28,41	166,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
Итого за Полдник		300	6,37	5	48,89	266,4
Итого за день		1 280	31,74	29	185,2	1 169,1

Согласовано:

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



13.02.2024 (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>						
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	8,75	6	28,72	206,2
Итого за Завтрак		435	20,41	17	104,75	650,5
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
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	1,15	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
Итого за Обед		665	22,23	21	86,65	637,4
<u>Полдник</u>						
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
Итого за Полдник		240	8,1	8	28,61	227,8
Итого за день		1 440	50,74	46	231,21	1 563,2

Согласовано:

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



13.02.2024 (вторник)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,84	6	41,96	190,7
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	14,99	13	77,53	480,5
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
14 519	Салат из белокочанной капусты с	30	0,76	2	2,99	32
1 175	Рассольник домашний со сметаной	150	1,43	4	8,09	69,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	60	9,21	6	7,08	118,7
995	Пюре картофельное	100	2,2	3	14,73	98,5
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.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		535	18,58	17	70,41	521
<u>Полдник</u>						
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
Итого за Полдник		240	8,1	8	28,61	227,8
Итого за день		1 200	41,67	38	187,75	1 276,8

Согласовано:

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



14.02.2024 (среда)

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
Итого за Завтрак		435	10,23	19	55,06	524,2
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		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	1,15	1	0,04	11,8
1 076,01	Печень, тушеная 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
Итого за Обед		685	27,38	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
Итого за Полдник		240	10,46	8	33,87	220,6
Итого за день		1 460	48,47	50	205,73	1 572

Согласовано:

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



14.02.2024 (среда)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	3,15	6	19,65	180
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78	114
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
Итого за Завтрак		325	7,59	14	40,77	388,4
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	2,27	4	10,41	88,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 076,01	Печень, тушеная в сметанном соусе	80	12,65	8	4,25	141,9
512	Рис припущенный	100	2,23	3	23,34	147
397	Кисель из сухофруктов	150	0,21		27,96	113,7
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		555	22,11	19	86,09	627
<u>Полдник</u>						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		200	8,72	7	28,23	183,8
Итого за день		1 180	38,82	40	164,89	1 246,2

Согласовано:

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



15.02.2024 (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>						
883	Каша пшенная 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
Итого за Завтрак		415	11,13	15	57,86	420,8
<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
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	4	4	11,34	113,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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
Итого за Обед		645	27,2	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
Итого за Полдник		280	7,79	13	25,62	252,2
Итого за день		1 440	46,12	56	182,77	1 424,1

Согласовано:

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



15.02.2024 (четверг)

Березовский Яс 168.94

№ 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	150	4,35	7	23,85	180
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12,89	66
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
Итого за Завтрак		335	9,47	13	47,34	347,6
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
820	Салат из свеклы	30	0,44	1	2,6	24
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	150	3,33	3	9,45	94,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	50	10,51	11	8,07	145,2
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
518	Картофель отварной	80	1,61	3	12,96	88
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.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		525	20,9	21	70,72	556,5
<u>Полдник</u>						
961	Омлет с капустой	70	5,33	11	2,4	125
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
Итого за Полдник		235	6,61	11	20,76	211,8
Итого за день		1 195	36,98	45	150,02	1 163,4

Согласовано:

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



16.02.2024 (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>						
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
Итого за Завтрак		415	5,67	12	52,78	344,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
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	1,15	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
Итого за Обед		685	23,55	16	105,93	684,2
<u>Полдник</u>						
678,01	Бисквит яблочный	50	2,51	4	13,89	87,1
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		250	8,31	10	23,29	207,1
Итого за день		1 450	37,53	38	193,2	1 283,1

Согласовано:

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



16.02.2024 (пятница)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
869	Каша (гречневая,геркулес) молочная жидкая с маслом сливочным	160	2,72	4	16,06	112,2
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
Итого за Завтрак		335	4,35	9	41,6	266,5
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	30	0,53	2	2,97	28,3
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	150	2,51	3	12,41	83
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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	100	3,95	3	23,98	146,9
925	Напиток апельсиновый или	150	0,15		19,3	78,9
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		565	20,89	15	87,59	576,8
<u>Полдник</u>						
678,01	Бисквит яблочный	50	2,51	4	13,89	87,1
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	6,86	9	20,94	177,1
Итого за день		1 200	32,1	33	161,33	1 067,9