

Согласовано:

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



18.11.2024 (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>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
854	Чай с молоком	200	1,36	2	20	88,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
Итого за Завтрак		410	9	18	56,32	405,9
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1	16,29	97,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
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
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		600	17,27	13	88,89	563
<u>Полдник</u>						
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,35	7	34,51	233,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		350	10,49	8	59,61	345,4
Итого за день		1 460	36,76	39	216,02	1 361,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

18.11.2024 (понедельник)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,38	7	23,03	177,1
854	Чай с молоком	150	1,02	1	15	66
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
Итого за Завтрак		335	7,72	15	46,7	341,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
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	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	18,7	125,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		525	14,8	12	75,21	485,1
<u>Полдник</u>						
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	130	7,24	6	29,91	202
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		300	8,94	7	53,61	301,7
Итого за день		1 260	31,46	34	186,72	1 176,1

Согласовано:

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



19.11.2024 (вторник)

Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,59	6	28,52	185,1
919	Какао с молоком	200	7,87	4	20,08	190
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		410	16,65	13	58,89	463,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
5,01	Салат из свеклы отварной	40	0,54	3	5,19	41,8
1 175	Рассольник домашний со сметаной	180	1,72	5	9,71	83,1
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	130	2,87	9	32,22	199,3
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		645	20,75	26	98,43	678,8
<u>Полдник</u>						
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		230	9	12	39,39	305
Итого за день		1 385	46,4	51	207,91	1 495,1

Согласовано:

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



19.11.2024 (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	3,83	5	23,76	154,2
919	Какао с молоком	150	5,9	3	15,06	142,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
Итого за Завтрак		325	13,22	11	47,39	370,6
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
5,01	Салат из свеклы отварной	30	0,41	2	3,89	31,4
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	50	7,67	5	5,9	98,9
995	Пюре картофельное	110	2,43	8	27,26	168,7
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		535	16,76	21	84,06	567
<u>Полдник</u>						
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	8,13	11	37,98	287
Итого за день		1 160	38,11	43	180,63	1 272,1

Согласовано:

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



20.11.2024 (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	180	3,78	8	23,58	216
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
Итого за Завтрак		410	9,2	20	48,37	486,5
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3
<u>Обед</u>						
1 163	Салат из моркови с сахаром	40	0,55		4,48	24,5
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	Печень по-строгановски	100	13,43	10	5,21	165,9
512	Рис припущенный	130	2,9	4	30,34	191,1
705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	180	0,29		22	91,4
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	24,37	21	92,82	691,1
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		200	8,72	8	29,28	194,3
Итого за день		1 385	42,69	49	180,27	1 445,2

Согласовано:

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



20.11.2024 (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	1,32	7	8,67	98,7
Итого за Завтрак		325	7,35	16	39,1	392,7
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3
<u>Обед</u>						
1 163	Салат из моркови с сахаром	30	0,41		3,36	18,4
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	Печень по-строгановски	80	10,75	8	4,17	132,8
512	Рис припущенный	100	2,23	3	23,34	147
705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	150	0,24		18,33	76,2
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		555	20,37	17	77,91	574,9
<u>Полдник</u>						
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
Итого за Полдник		200	8,72	8	29,28	194,3
Итого за день		1 180	36,84	41	156,09	1 235,2

Согласовано:

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



21.11.2024 (четверг)

Березовский ДОУ 3-7 л 187,84

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	5	32,21	218,3
854	Чай с молоком	180	1,23	1	18	79,2
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		390	11,89	9	60,5	386,2
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 112	Винегрет овощной	40	0,62	4	3,39	52,3
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	3,95	4	11,02	99
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	70	15,15	4	10,21	139,7
999	Капуста тушеная	130	3,11	6	12,34	110,9
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		645	27,91	20	78,33	622,5
<u>Полдник</u>						
892	Омлет с картофелем	80	5,46	7	7,71	113,5
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Полдник		280	7,6	8	32,81	225,8
Итого за день		1 415	47,4	37	182,84	1 282

Согласовано:

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



21.11.2024 (четверг)

Березовский Яс 168.94

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	5	26,84	182
854	Чай с молоком	150	1,02	1	15	66
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
Итого за Завтрак		325	9,9	9	50,41	321,9
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 112	Винегрет овощной	30	0,47	3	2,54	39,2
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	150	3,29	4	9,18	82,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	50	10,82	3	7,29	99,8
999	Капуста тушеная	110	2,63	5	10,44	93,9
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.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		535	22,19	17	66,97	517,9
<u>Полдник</u>						
892	Омлет с картофелем	70	4,78	6	6,75	99,3
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	41,1
Итого за Полдник		235	6,39	7	26,78	188,3
Итого за день		1 195	38,48	33	155,36	1 075,6

Согласовано:

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



22.11.2024 (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	180	3,06	5	18,06	126,3
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
Итого за Завтрак		390	4,72	13	46,7	316,6
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
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	180	3,02	3	14,89	99,6
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)	15	0,32	1	1,07	13,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	4	35,5	184,4
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		660	23,12	16	104,41	646,1
<u>Полдник</u>						
1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61	158,2
1 142	Повидло	15	0,01		2,46	10,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		265	5,84	7	28,47	225,8
Итого за день		1 415	33,68	36	190,78	1 236

Согласовано:

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



22.11.2024 (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	1,32	7	8,67	98,7
Итого за Завтрак		335	4,11	11	39,93	270,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
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)	15	0,32	1	1,07	13,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	3	30,04	156
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		570	21,56	15	91,9	576,8
<u>Полдник</u>						
1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61	158,2
1 142	Повидло	15	0,01		2,46	10,1
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		235	5,84	7	26,07	216,2
Итого за день		1 240	31,51	33	169,1	1 111,3