



СССР Комитет по вопросам питания

О.Ю.Козырева

20.01.2025 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле- воды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44	170,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 259,02	Масло сливочное (порциями) (блок)	10	0,08	7	0,13	66,1
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,0
Итого за Завтрак		355	7,32	14	34,95	346
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
827	Биточек мясной рубленый	50	3,89	5	7,99	121,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	2	28,39	156
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		495	14,31	11	84,52	557,4
<u>Полдник</u>						
1 190	Ватрушка с творогом	50	4,75	5	13,41	124,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	9,1	10	22,46	214,7
Итого за день		1 150	30,73	35	165,11	1 165,6

9

Asp

BERNARD BLOCHMAN

О.Ю.Козырева

21.01.2025 (вівторок)

Красноуфимск Яс I-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Векш г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	7,28	8	25,35	164,5
808,97	Булерброд с маслом сливочным (1)	25	1,56	5	10,34	94,4
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
Итого за Завтрак		365	8,84	13	49,16	312,8
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		12,81	60,3
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1113	Суп картофельный с клецками	150	1,6	2	12,45	72,9
1114	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	*Гуляш из мяса свинины	70	7,84	20	2,7	168,1
1032	Каша гречневая вязкая.	110	2,96	3	18,7	125,4
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		575	18,67	32	78,62	617,7
<u>Полдник</u>						
1141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
686	Чай с лимоном*	150	0,04		11,37	44,9
Итого за Полдник		200	3,79	5	37,54	248,4
Итого за день		1240	31,64	50	178,13	1239,2



22.01.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

Итого

Составована:



Утверждаю директор

ООО "Кубина" специализированного питания

О.Ю.Козырева

23.01.2025 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод- ы г	Эн-кал к
Завтрак						
808.07	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,7	7	21,37	304
819	Бутерброд с маслом сливочным (1)	30	1,88	6	12,42	113,3
	Какао с молоком	150	8,9	5	15,96	142,5
Итого за Завтрак		350	12,48	18	49,75	459,8
Завтрак 2						
763	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		12,81	60,3
Обед						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
850	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	18,53	63,7
852	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	0,15	1	0,12	11,8
921	**Рагу из мяса птицы	150	17,36	16	17,46	246,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,83	25,9
Итого за Обед		515	23,72	22	65,21	511,7
Полдник						
770	Булочка дорожная.	50	3,68	9	28,79	157,4
920	Молоко кипяченое	150	4,33	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	8,03	14	35,84	247,4
Итого за день		1165	44,57	54	163,6	1279,2



Утверждено директором

О. Ю. Козырева

24.01.2025 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦК, ккал
Завтрак						
848	Каша (пшеничная) ядл с* молочная с маслом сливочным	150	6,80	8	32,19	203,2
810	Бутерброд с сыром	25	3,40	3	8,57	73,9
888	Чай с лимоном*	100	0,05		13,65	53,0
Итого за Завтрак		355	10,25	11	54,41	330,1
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
813	Икра кабачковая пром. производства	30	0,36	4	2,22	29,1
124	Ци из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	3	3,52	62,1
1452	Мисо кур отварное (для первых блюд)	5	1,13	1	0,14	15,8
994,95	** Фигурки рыбные	50	7,32	12	3,62	119,6
995	Пюре картофельное	120	2,65	7	21,74	168
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	80,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		535	15,96	27	69,31	598,2
Полдник						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	100	2,53	4	9,44	120
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	27,4
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Полдник		260	4,62	5	26,79	213,4
Итого за день		1250	31,01	43	161,71	1190,1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580775

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 20.02.2024 по 19.02.2025