

Согласовано

Утверждаю директор

Начальник
Баграшев М.И.

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



27.03.2023 (понедельник)

ЕКБ ГОЛ 214,99 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	3,14	4	38,89	207,2
971	Чай ягодный	200	0,1		15,7	64,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		450	10,37	8	79,71	443,9
<u>Обед</u>						
820	Салат из отварной свеклы	60	0,89	3	5,19	48
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
1 060	Шницель из птицы	90	14,33	7	13,82	228,1
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,5	10,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	212
707	Сок натуральный	200			22,4	90
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,52		9,84	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		760	26,21	22	105,29	771,6
Итого за день		1 210	36,58	30	185	1 215,5

Согласовано:

Иванов
Бабрашев



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю. Козырева

28.03.2023 (вторник)

ЕКБ ГОЛ 214,99 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
891	Омлет запеченный или паровой	170	14,72	22	0,92	262,7
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		510	17,39	23	36,55	433,8
Обед						
811	Горошек зеленый консервированный	60	1,86		3,9	24
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 069	Суфле из рыбы*	90	14	4	6,73	132,9
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
995	Пюре картофельное	150	4,08	6	24,96	187,4
917,02	Компот из ягод	200			19,96	79,8
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,52		9,84	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		760	25,37	17	89,69	653,1
Итого за день		1 270	42,76	40	126,24	1 086,9

Согласовано:

Исх. № 10/2023
 Б.И. Батраева



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



29.03.2023 (среда)

ЕКБ ГОЛ 214,99 руб

№ 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
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	11,04	9	47,6	291
919	Какао с молоком	200	3,77	4	15,73	114,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		450	18,82	20	84,45	573,6
Обед						
139	Суп картофельный с бобовыми	200	3,86	4	15,35	112,4
1 075	Плов с мясом птицы	250	31	12	43,5	409,5
1 441	Компот из апельсинов	200	0,5		34,14	142
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,52		9,84	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Обед		810	39,06	17	123,09	819,1
Итого за день		1 260	57,88	37	207,54	1 392,7

Согласовано:

*Капальни
Батрашев*



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева



30.03.2023 (четверг)

ЕКБ ГОЛ 214,99 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 073	Пудинг творожно-манный	150	19,57	13	21,8	283,8
902	Молоко сгущеное	25	1,78	1	13,8	73,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
Итого за Завтрак		395	23,48	15	59,28	472,3
<u>Обед</u>						
834	Салат из отварного картофеля, огурцов и репчатого лука	60	1,01	3	7,39	57,7
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,96	5	11,51	92,6
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	7,54	17	9,32	220,9
901	Соус красный основной	50	0,5	1	3,75	25,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,72	4	44,25	228,2
707	Сок натуральный	200			22,4	90
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,52		9,84	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		790	19,95	31	116,96	814,1
Итого за день		1 185	43,43	46	176,24	1 286,4

Согласовано

Карацмы
Байрашев



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



31.03.2023 (пятница)

ЕКБ ГОЛ 214,99 руб

№ 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
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	8,71	54,8
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	56,4
Итого за Завтрак		570	10,6	16	76,56	504,7
Обед						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	3,8	6	12,49	113,7
1 028	Колбаска витаминная	90	17,83	20	5,93	227,2
1 126	Соус томатный	20	0,1	1	0,79	11,3
518	Картофель отварной	150	3,02	5	24,29	180
633,02	Компот из яблок и ягод	200	0,31		30,8	128,3
894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	1,52		9,84	47
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		700	28,28	33	92,64	759,3
Итого за день		1 270	38,88	49	169,2	1 264