



Примерное двухнедельное меню для питания учащихся общеобразовательных школ.
Возраст детей 7-10 лет.

Директор образовательного учреждения



Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 1 день						
0,07	7,80	0,10	70,90	808	Бутерброд с маслом сливочным	40
3,93	5,43	48,62	259,05	874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
0,48	0,48	11,76	56,40	976	Яблоки свежие	100
Обед						
0,39	2,02	2,40	29,74	817	Маринад овощной	20
6,99	2,66	19,81	131,08	1049	Суп-пюре из гороха*	200
0,60	0,06	3,87	18,51	943	Гренки из пшеничного хлеба	5
23,33	14,68	0,20	226,80	1069	Суфле из рыбы*	150
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
42,21	34,19	169,01	1 161,08			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 2 день						
0,06	6,24	0,08	56,72	810	Бутерброд с сыром	30/10
19,16	28,95	1,20	341,85	891	Омлет запеченный или паровой	150
1,62	1,79	12,61	73,50	854	Чай с молоком	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
Обед						
0,57	2,67	2,31	35,70	813	Икра кабачковая пром.производства	30
1,83	5,73	10,37	100,94	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,81	10,21	5,31	177,41	1076	Печень по-строгановски*	100
7,10	5,92	43,16	254,46	516	Макаронные изделия отварные с маслом*	150
0,20	0,04	25,73	105,22	925	Напиток апельсиновый*	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
53,45	63,66	140,60	1 350,18			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 3 день						
0,27	1,52	1,85	22,23	520	Икра овощная свекольная	20
11,67	7,34	0,10	113,40	1069	Суфле из рыбы*	90
4,07	5,48	24,31	165,80	324	Пюре картофельное*	150
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
Обед						
0,22	3,01	1,11	32,54	999	Салат Бурячок	20
2,28	5,38	16,93	125,95	1030,03	Рассольник Ленинградский*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
0,40	4,15	2,32	48,40	1065	Тефтели из мясного фарша с луком с соусом	90
4,59	6,97	48,03	273,21	991	Рис отварной *	150
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок с витамином С	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
33,19	36,41	188,01	1 215,36			

Технолог:



образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб					
Завтрак 4 день					
2,02	2,40	29,74	817	Маринад овощной	20
5,06	2,80	58,57	1105	Гуляш из курицы*	90
5,59	36,02	225,95	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150
0,07	28,89	118,05	916	Кисель из ягод	200
0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
Обед					
1,52	1,85	22,23	520	Икра овощная свекольная	20
5,35	15,22	119,05	1014	Суп с макаронными изделиями	200
1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
18,56	33,48	365,34	1331	Запеканка картофельная с мясом *	150
0,03	19,64	80,37	1040	Компот из изюма и кураги*	200
0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
40,59	194,63	1 294,18			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учрежд



Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 5 день						
0,07	7,80	0,10	70,90	808	Бутерброд с маслом сливочным	30/10
6,22	16,09	36,31	318,09	989	Запеканка творожно-морковная* со сгущенным молоком	150/20
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
Обед						
0,62	0,04	1,30	8,00	811	Горошек зеленый консервированный	20
2,88	3,29	23,65	136,68	1033	Свекольник со сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,97	19,97	17,25	313,04	1072	Рагу из птицы с соусом красным	150
0,20	0,02	17,02	69,14	932	Компот из кураги с витамином С	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
31,23	48,94	143,45	1 140,94			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учрежд



Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 6 день						
0,06	7,02	0,09	63,81	810	Бутерброд с сыром	45
2,93	4,54	29,31	169,85	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	200
4,79	5,26	17,97	140,68	1110	Кофейный напиток с молоком*	200
2,51	1,75	4,40	43,69	935	Йогурт порционный	125
Обед						
0,33	0,06	1,14	7,20	835	Помидоры порционно	30
2,90	3,00	20,58	121,13	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
23,64	25,48	18,34	397,78	1197	Суфле Рыбка (минтай)	150
0,16	0,07	14,22	58,78	921	Напиток из плодов шиповника с витамином С	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
42,59	48,91	133,91	1 148,20			

Технолог:



ного учреждения

Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб				
Завтрак 7 день				
0,30	1,54	23,80	813 Икра кабачковая пром.производства	20
0,40	2,32	48,40	1065 Тефтели из мясного фарша с луком с соусом	90
7,10	5,92	43,16	516 Макароны изделия отварные с маслом*	150
0	24,50	950,00	488 Какао с молоком	200
1,83	11,97	59,10	1148 Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	894 Хлеб пшеничный из муки 1с	30
Обед				
0,62	1,30	8,00	811 Горошек зеленый консервированный	20
1,83	5,73	10,37	1021 Борщ с капустой,картофелем и сметаной*	200
1,14	0,04	11,78	1052 Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
12,83	15,93	8,54	1061 Фрикадельки из птицы	90
4,41	3,89	17,74	999 Капуста тушеная*	150
0,46	0,12	22,50	928 Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	897 Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	1147 Хлеб ржано-пшеничный	30
37,50	39,95	186,28	2 111,19	

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева



Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 8 день						
0,06	6,83	0,09	62,04	808	Бутерброд с маслом сливочным	35
35,42	23,15	39,62	517,82		ная со гущенным молоком	150/20
1,62	1,79	12,61	73,50			200
Обед						
0,27	1,52	1,85	22,23		кольная	20
2,28	5,38	16,93	125,95	1	градский со сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1	(для первых блюд)	5
2,09	8,89	12,73	139,61	90	с луком с соусом красным	90
3,67	7,41	29,43	199,37	1	ой*	150
0,20	0,04	25,73	105,22	€	звый*	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
50,89	56,73	166,86	1 391,01			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 9 день						
0,22	3,01	1,11	32,54	999	Салат Бурячок	20
2,01	2,46	7,39	60,46	966	Голубцы ленивые из мяса кур	90
0,60	4,35	2,21	40,83	600	Соус сметанный	50
4,07	5,48	24,31	165,80	324	Пюре картофельное*	150
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
Обед						
0,37	2,28	2,41	31,47	814	Икра овощная морковная	30
1,52	4,16	7,38	73,74	1	сты с картофелем со сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1	(для первых блюд)	5
12,65	5,87	13,14	156,49	1		90
17,24	6,59	41,58	294,63	8		150
0,31	0,18	30,80	128,34	63	ягод	200
2,37	0,30	14,49	70,50	8	чный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1		30
48,52	36,79	199,81	1 319,01			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева



Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 1-4 комплекс 134,56 руб						
Завтрак 10 день						
0,16	0,02	0,52	2,80	836	Огурцы свежие порционно	20
15,81	10,21	5,31	177,41	1076	Печень по-строгановски*	100
7,97	5,59	36,02	225,95	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
Обед						
0,38	1,78	1,54	23,80	813	Икра кабачковая пром.производства	20
1,91	5,38	9,37	95,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
14,23	23,13	48,86	424,17	1075	Глов из птицы	150
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
50,40	48,63	198,40	1 400,01			

Технолог:



Примерное двухнедельное меню для питания учащихся общеобразовательных школ.
Возраст детей с 11 лет и старше

вательного учреждения

ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 1 день						
0,07	7,80	0,10	70,90	808	Бутерброд с маслом сливочным	40
3,93	5,43	48,62	259,05	874	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
0,48	0,48	11,76	56,40	976	Яблоки свежие	120
Обед						
0,39	2,02	2,40	29,74	817	Маринад овощной	20
6,99	2,66	19,81	131,08	1049	Суп-пюре из гороха*	250
0,60	0,06	3,87	18,51	943	Гренки из пшеничного хлеба	5
23,33	14,68	0,20	226,80	1069	Суфле из рыбы*	200
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
42,21	34,19	169,01	1 161,08			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 2 день						
0,06	6,24	0,08	56,72	810	Бутерброд с сыром	30/10
19,16	28,95	1,20	341,85	891	Омлет запеченный или паровой	200
1,62	1,79	12,61	73,50	854	Чай с молоком	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
Обед						
0,57	2,67	2,31	35,70	813	Икра кабачковая пром.производства	30
1,83	5,73	10,37	100,94	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной*	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,81	10,21	5,31	177,41	1076	Печень по-строгановски*	100
7,10	5,92	43,16	254,46	516	Макаронные изделия отварные с маслом*	180
0,20	0,04	25,73	105,22	925	Напиток апельсиновый*	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
53,45	63,66	140,60	1 350,18			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учреждения



Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 3 день						
0,27	1,52	1,85	22,23	520	Икра овощная свекольная	20
11,67	7,34	0,10	113,40	1069	Суфле из рыбы*	100
4,07	5,48	24,31	165,80	324	Пюре картофельное*	180
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
Обед						
0,22	3,01	1,11	32,54	999	Салат Бурячок	20
2,28	5,38	16,93	125,95	1030,03	Рассольник Ленинградский*	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
0,40	4,15	2,32	48,40	1065	Тефтели из мясного фарша с луком с соусом	100
4,59	6,97	48,03	273,21	991	Рис отварной *	180
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок с витамином С	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
33,19	36,41	188,01	1 215,36			

Технолог:



завательного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

ры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд		Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 4 день						
2,02	2,40	29,74	817	Маринад овощной	20	
5,06	2,80	58,57	1105	Гуляш из курицы*	100	
5,59	36,02	225,95	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	
0,07	28,89	118,05	916	Кисель из ягод	200	
0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30	
0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30	
Обед						
1,52	1,85	22,23	520	Икра овощная свекольная	20	
5,35	15,22	119,05	1014	Суп с макаронными изделиями	250	
1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	
18,56	33,48	365,34	1331	Запеканка картофельная с мясом *	200	
0,03	19,64	80,37	1040	Компот из изюма и кураги*	200	
0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30	
0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30	
40,59	194,63	1 294,18				

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учере:Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 5 день						
0,07	7,80	0,10	70,90	808	Бутерброд с маслом сливочным	30/10
6,22	16,09	36,31	318,09	989	Запеканка творожно-морковная*	200
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
Обед						
0,62	0,04	1,30	8,00	811	Горошек зеленый консервированный	20
2,88	3,29	23,65	136,68	1033	Свекольник со сметаной*	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
15,97	19,97	17,25	313,04	1072	Рагу из птицы с соусом красным	200
0,20	0,02	17,02	69,14	932	Компот из кураги с витамином С	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
31,23	48,94	143,45	1 140,94			

Согласовано:
Директор образовательного учере:Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 6 день						
0,06	7,02	0,09	63,81	810	Бутерброд с сыром	45
2,93	4,54	29,31	169,85	841	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с маслом сливочным	250
4,79	5,26	17,97	140,68	1110	Кофейный напиток с молоком*	200
2,51	1,75	4,40	43,69	935	Йогурт порционный	125
Обед						
0,33	0,06	1,14	7,20	835	Помидоры порционно	30
2,90	3,00	20,58	121,13	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями (с маслом раст)	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
23,64	25,48	18,34	397,78	1197	Суфле Рыбка (минтай)	200
0,16	0,07	14,22	58,78	921	Напиток из плодов шиповника с витамином С	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
42,59	48,91	133,91	1 148,20			

Технолог:



пного учреждения

Утверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб				
Завтрак 7 день				
1,54	23,80	813	Икра кабачковая пром.производства	20
2,32	48,40	1065	Тефтели из мясного фарша с луком с соусом	100
43,16	254,46	516	Макаронные изделия отварные с маслом*	180
24,50	950,00	488	Какао с молоком	200
11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
Обед				
1,30	8,00	811	Горошек зеленый консервированный	20
10,37	100,94	1021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной*	250
0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
8,54	228,78	1061	Фрикадельки из птицы	100
17,74	125,73	999	Капуста тушеная*	180
22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
186,28	2 111,19			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учрежденияУтверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 8 день						
0,06	6,83	0,09	62,04	808	Бутерброд с маслом сливочным	35
35,42	23,15	39,62	517,82		ная	200
1,62	1,79	12,61	73,50			200
Обед						
0,27	1,52	1,85	22,23		шкельная	20
2,28	5,38	16,93	125,95	1	градский со сметаной*	250
1,14	1,15	0,04	11,78	1	е (для первых блюд)	5
2,09	8,89	12,73	139,61	90	с луком с соусом красным	100
3,67	7,41	29,43	199,37		ной*	180
0,20	0,04	25,73	105,22	925	Напиток апельсиновый*	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
50,89	56,73	166,86	1 391,01			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учрежденияУтверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 9 день						
0,22	3,01	1,11	32,54	999	Салат Бурячок	20
2,01	2,46	7,39	60,46	966	Голубцы ленивые из мяса кур	100
0,60	4,35	2,21	40,83	600	Соус сметанный	50
4,07	5,48	24,31	165,80	324	Пюре картофельное*	180
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
1,52	4,16	7,38	73,74	124	Ши из свежей капусты с картофелем со сметаной*	200
Обед						
0,37	2,28	2,41	31,47	8	рковная	30
1,14	1,15	0,04	11,78	1	е (для первых блюд)	5
12,65	5,87	13,14	156,49	1		100
17,24	6,59	41,58	294,63	8		180
0,31	0,18	30,80	128,34	63	ягод	200
2,37	0,30	14,49	70,50	8		30
1,76	0,28	13,33	63,00	1	пшеничный	30
48,52	36,79	199,81	1 319,01			

Технолог:

Согласовано:
Директор образовательного учрежденияУтверждаю,
Директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Краснотурьинск 5-11 комплекс 155.66 руб						
Завтрак 10 день						
0,16	0,02	0,52	2,80	836	Огурцы свежие порционно	20
15,81	10,21	5,31	177,41	1076	Печень по-строгановски*	100
7,97	5,59	36,02	225,95	822	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180
0	0	19,96	79,80	828	Чай с сахаром*	200
1,83	0,36	11,97	59,10	1148	Хлеб ржаной	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	30
Обед						
0,38	1,78	1,54	23,80	813	Икра кабачковая пром.производства	20
1,91	5,38	9,37	95,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной*	200
1,14	1,15	0,04	11,78	1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5
14,23	23,13	48,86	424,17	1075	Плов из птицы	200
0,46	0,12	22,50	96,20	928	Компот из смеси сухофруктов	200
2,37	0,30	14,49	70,50	897	Хлеб пшеничный	30
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный	30
50,40	48,63	198,40	1 400,01			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576051

Владелец Прозорова Елена Анатольевна

Действителен с 28.05.2022 по 28.05.2023