

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Абушка Питания"
 ООО "Центр питания"
 ООО "Центр питания"

16.09.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руо

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ (ккал)
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,5	5	25,15	180,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	23	1,32	8	6,8	115
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
	Итого за Завтрак	363	5,82	13	42,02	349,4
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
	Итого за Завтрак 2	120	0,48		11,76	88
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	40	0,32		1,12	6
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	7,82	20	2,53	165,4
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
	Итого за Обед	600	102,1	62	552,61	3 130
Полдник						
1182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
	Итого за Полдник	200	7,55	8	36,16	247,4
	Итого за день	1 285	115,95	83	642,55	3 814,8

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Абушка Питания"
 ООО "Центр питания"
 ООО "Центр питания"

16.09.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руо

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ (ккал)
Завтрак						
1013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,72	7	17,2	170,2
1148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
1259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
	Итого за Завтрак	355	91,8	47	510,56	2 871,2
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
	Итого за Завтрак 2	120	0,48		11,76	88
Обед						
812	Кукуруза консервированная	60	1,23	2	6,48	53,4
1016	Суп-пюре овощной	150	2,14	4	10,45	86
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
827	Биточек мясной рубленый	60	4,66	6	9,59	146,1
1126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	4	27,77	160,2
390	Компот из свежих плодов	150	0,02		3,38	14,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1148	Хлеб ржаной	10	34	13	194	1 036
	Итого за Обед	585	40,91	31	267,63	1 584,5
Полдник						
1190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
	Итого за Полдник	250	6,65	7	41,73	260,1
	Итого за день	1 310	148,54	85	871,68	4 803,8

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "АХУМА ПИТАНИЕ"

Е.А. ШИЖОНОВА

19.09.2023 (подпись)

Красноуфимск Яс 1-3 з 202 Руо

№ позиции	Наименование блюда	Выход г	Бюджет		Углеродный индекс	ЭЦ калы
			г	млн. руб.		
Завтрак						
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	150	8,97	6	32,09	202,7
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	11,75	101,7
686	Чай с лимонном (а)	180	0,05	9	13,65	53,9
Итого за Завтрак		335	8,91	9	57,49	358,3
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
Итого за Завтрак 2		180			20,16	85,5
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	40	0,32		1,12	6
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	3,48	79,5
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1699,05	Фигурки рыбные (а)	100	14,64	21	7,23	279,1
995	Шпоре картофельное	120	2,61	4	17,62	117,6
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	36,8
1148	Хлеб ржаной	30	102	40	582	3108
Итого за Обед		630	124,62	72	646,03	3767,1
Полдник						
0	Ленивые вареники	45	67,81	32	47,31	764,1
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		205	72,36	38	55,7	865
Итого за день		1370	205,89	119	779,38	5075,9

(подпись)