



Согласовано:

Зав. ДОУ

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



16.12.2024 (понедельник)

Полевской Яс санаторн 1-3 г 232.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	7,22	6	24,02	178,5
854	Чай с молоком	150	1,02	1	15	66
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30	3,51	4	9,08	87,1
Итого за Завтрак		330	11,75	11	48,1	331,6
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
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	150	2,27	4	15,14	82,8
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
438	**Плов с говядиной	150	9,57	18	35,19	352,3
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		526	17,54	29	90,42	669,4
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
770	Булочка дорожная.	40	2,94	7	23,03	125,9
Итого за Полдник		190	7,29	11	29,03	205,4
Ужин						
1 061	Фрикаделька из мяса птицы	40	5,13	4	3,41	88,3
959	Рагу из овощей	140	3	6	19,8	146,8
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Ужин		350	9,83	11	46,91	334,8
Итого за день		1 496	46,41	62	225,66	1 588,7



Согласовано:

Зав. ДОУ

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю. Козырева



16.12.2024 (понедельник)

Полевской ДОУ санаторн 3-7 л 251.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	9,63	8	32,03	238
854	Чай с молоком	180	1,23	1	18	79,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
Итого за Завтрак		420	15,54	15	62,14	433,3
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	40	0,48	6	2,96	38,8
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	2,72	5	18,16	99,3
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
438	**Плов с говядиной	180	11,48	21	42,22	422,7
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		636	21,05	35	109,64	810,1
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
770	Булочка дорожная.	40	2,94	7	23,03	125,9
Итого за Полдник		220	8,16	12	30,23	221,3
Ужин						
1 061	Фрикаделька из мяса птицы	40	5,13	4	3,41	88,3
959	Рагу из овощей	150	3,21	7	21,22	157,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Ужин		410	10,04	12	52,33	361,2
Итого за день		1 786	54,79	74	265,54	1 873,4



Согласовано:

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



17.12.2024 (вторник)

Полевской Яс санаторн 1-3 г 232.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150	3,83	5	23,76	154,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78	114
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
Итого за Завтрак		325	10,2	11	43,11	342,1

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	30	0,39	2	4,35	35,8
139	Суп картофельный с бобовыми	150	3,53	3	12,89	94
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 028	Котлета рыбная	50	9,44	7	6,14	126,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	100	4,32	3	27,31	141,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15	1,61	1	6,53	41,1
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		536	21,85	19	86,32	602,1

Полдник						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
1 448	Пряник молочный	40			0,33	1,6
Итого за Полдник		190	4,35	4	6,33	81,1

Ужин						
945	Шарлотка творожная с яблоками	120	16,95	12	16,69	242,4
903	Соус сладкий из повидла	20	0,03		6,68	26,1
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Ужин		310	19,12	13	46,07	371,2
Итого за день		1 461	55,52	47	193,03	1 444



Согласовано:

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



17.12.2024 (вторник)

Полевской ДОУ санаторн 3-7 л 251.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,1	6	31,68	205,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
810	Бутерброд с сыром	35	4,89	4	12	103,5
Итого за Завтрак		415	13,44	14	56,62	445,9

Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	40	0,51	2	5,8	47,8
139	Суп картофельный с бобовыми	180	4,23	4	15,47	112,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 028	Котлета рыбная	70	13,22	10	8,59	176,8
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,18	4	32,77	170,2
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		651	27,94	24	104,28	743,6

Полдник						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
1 448	Пряник молочный	40			0,33	1,6
Итого за Полдник		220	5,22	5	7,53	97

Ужин						
945	Шарлотка творожная с яблоками	130	18,36	13	18,08	262,6
903	Соус сладкий из повидла	20	0,03		6,68	26,1
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	54,8
Итого за Ужин		370	20,53	14	51,46	407,3
Итого за день		1 756	67,13	57	231,09	1 741,3

Согласовано:

Зав. ДОУ



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



18.12.2024 (среда)

Полевской Яс санатори 1-3 г 232.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	3,8	6	14,15	180
919	Какао с молоком	150	5,9	3	15,06	142,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
Итого за Завтрак		325	11,02	16	37,88	421,2
Завтрак 2						
674	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
Итого за Завтрак 2		100	0,38		15,97	71,2
Обед						
5,01	Салат из свеклы отварной	30	0,41	2	3,89	31,4
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,52	82,3
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
866	Суфле из печени	50	5,83	4	0,05	106,7
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
995	Пюре картофельное	80	1,77	6	19,83	122,7
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		526	14,68	20	65,88	554,1
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
948	Шаньга со сметаной	40	3,5	2	17,78	83,5
Итого за Полдник		190	7,85	6	23,78	163
Ужин						
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	40	8,87	2	4,33	94,2
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	100	3,45	6	19,98	147,9
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Ужин		330	14,14	10	49,17	352,9
Итого за день		1 471	48,07	52	192,68	1 562,4

Согласовано:

Зав. ДОУ



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



18.12.2024 (среда)

Полевской ДОУ санатори 3-7 л 251.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	5,07	8	18,87	240
919	Какао с молоком	180	7,08	4	18,07	171
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,84	9	12,15	138,3
Итого за Завтрак		415	13,99	21	49,09	549,3
Завтрак 2						
674	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
Итого за Завтрак 2		100	0,38		15,97	71,2
Обед						
5,01	Салат из свеклы отварной	40	0,54	3	5,19	41,8
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,36	109,7
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
866	Суфле из печени	70	8,17	5	0,07	149,4
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
995	Пюре картофельное	100	2,21	7	24,78	153,3
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		666	18,96	24	81,88	706,8
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
948	Шаньга со сметаной	40	3,5	2	17,78	83,5
Итого за Полдник		220	8,72	7	24,98	178,9
Ужин						
1 085	Тефтели из мяса птицы с луком	40	8,87	2	4,33	94,2
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
1 011,01	Макаронные изделия отварные с овощами(морковь, лук)	120	4,14	7	23,97	177,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Ужин		400	14,83	11	57,16	398,4
Итого за день		1 801	56,88	63	229,08	1 904,6



Согласовано:

Зав. ДОУ

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



19.12.2024 (четверг)

Полевской Яс санатори 1-3 г 232.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61	158,2
903	Соус сладкий из повидла	20	0,03		6,68	26,1
1 027	Салат из отварной моркови с изюмом	40	0,51	1	12,01	57,8
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		310	10,63	11	55,79	390,7
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
834,01	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	30	0,36	3	2,88	40,4
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	10,53	63,7
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 191	Бигус	150	13,7	14	7,71	205,8
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15	1,61	1	6,53	41,1
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		521	20,36	22	56,84	501,5
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
950	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом.	40	0,28		12,37	55,8
Итого за Полдник		190	4,63	4	18,37	135,3
Ужин						
349,01	Яйцо отварное шт	20	2,03	2	0,11	25,1
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	130	2,73	5	17,03	156
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Ужин		320	6,46	8	40,84	280,8
Итого за день		1 441	42,08	45	183,04	1 355,8



Согласовано:

Зав. ДОУ

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



19.12.2024 (четверг)

Полевской ДОУ санатори 3-7 л 251.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61	158,2
903	Соус сладкий из повидла	20	0,03		6,68	26,1
1 027	Салат из отварной моркови с изюмом	50	0,64	1	15,01	72,2
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
810	Бутерброд с сыром	35	4,89	4	12	103,5
Итого за Завтрак		375	11,48	12	65,56	439,8
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
834,01	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	40	0,49	4	3,84	53,9
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,97	2	14,04	85
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
0	Чеснок	1	0,01		0,03	0,2
1 191	Бигус	180	16,44	16	9,25	247
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		646	24,31	25	69,14	608,6
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
950	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом.	40	0,28		12,37	55,8
Итого за Полдник		190	4,63	4	18,37	135,3
Ужин						
349,01	Яйцо отварное шт	20	2,03	2	0,11	25,1
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	3,57	7	22,27	204
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Ужин		410	7,3	10	50,08	344,7
Итого за день		1 721	47,72	51	214,35	1 575,9



Согласовано

Зав. ДОУ

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



20.12.2024 (пятница)

Полевской Яс санаторн 1-3 г 232.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	5	28,63	194,1
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,88	3	10,78	114
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
Итого за Завтрак		345	12,73	13	50,01	409,7
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак 2		110	0,44		10,78	80,7
Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	30	0,53	2	2,97	28,3
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 107	Биточек рыбный	60	7,95	6	9,54	120,7
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
512	Рис припущенный	80	1,78	2	18,67	117,6
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	99,5
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	15	1,61	1	6,53	41,1
1 147	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		531	16,67	16	80,24	576,8
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
1 141	Печенье детское (конд изд)	15	1,13	1	7,85	61,1
Итого за Полдник		165	5,48	5	13,85	140,6
Ужин						
1 089	Запеканка картофельная с овощами	150	3,88	7	20,11	158,3
600	Соус сметанный	25	0,43	3	1,69	25,8
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7	51,8
Итого за Ужин		345	6,01	11	45,5	283,8
Итого за день		1 496	41,33	45	200,38	1 491,6



Согласовано

Зав. ДОУ

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



20.12.2024 (пятница)

Полевской ДОУ санаторн 3-7 л 251.00 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	6	35,79	242,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	45	5,27	6	13,63	130,6
Итого за Завтрак		425	15,91	16	62,36	510
Завтрак 2						
976	Яблоки свежис	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак 2		110	0,44		10,78	80,7
Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	40	0,7	2	3,96	37,7
1 016	Суп-пюре овощной	180	1,82	4	11,36	106,2
0	Лук репчатый	1			0,01	0,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 070.01	Рыба тушеная с овощами	80	9,22	5	4,26	110,4
512	Рис припущенный	100	2,23	3	23,34	147
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		636	20,15	16	93,14	609,6
Полдник						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
1 141	Печенье детское (конд изд)	30	2,25	3	15,7	122,1
Итого за Полдник		210	7,47	8	22,9	217,5
Ужин						
1 089	Запеканка картофельная с овощами	180	4,66	8	24,13	190
600	Соус сметанный	30	0,51	3	2,03	30,9
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	14,63	64,8
Итого за Ужин		435	7,3	12	56,79	349,5
Итого за день		1 816	51,27	52	245,97	1 827,3