

Согласовано:



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



24.10.2025

Березники ШУ (завтрак усил) 7-11л 105,40

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
Итого за Завтрак		500	24,8	13	79,49	514,4
Итого за день		500	24,8	13	79,49	514,4

ласовано:

Березники ШУ Комплекс 7-11 лет 105,40р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		710	26,95	19	91,15	643,8
Итого за день		710	26,95	19	91,15	643,8

Согласовано:



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



24.10.2025

Березники ШУ Комплекс 12+ лет 118,18р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		800	29,02	21	105,5	741,6
Итого за день		800	29,02	21	105,5	741,6

Согласовано:



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



24.10.2025

Березники ШУ Комплекс 7-11 лет 136,60р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	50	2,69	1	27,74	129,2
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53	250,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Завтрак		500	10,2	10	75,27	443,3
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		710	26,95	19	91,15	643,8
Итого за день		1 210	37,15	29	166,42	1 087,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

24.10.2025

Березники ШУ Комплекс 12+ лет 149,38р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 046	Бутерброд с повидлом	50	2,69	1	27,74	129,2
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	300	9,01	11	37,84	300,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Завтрак		550	11,7	12	81,58	493,3
Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		800	29,02	21	105,5	741,6
Итого за день		1 350	40,72	33	187,08	1 234,9

Согласовано:



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



24.10.2025

Березники ШУ завтрак 50руб рп

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	50	2,69	1	27,74	129,2
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53	250,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Завтрак		500	10,2	10	75,27	443,3
Итого за день		500	10,2	10	75,27	443,3

Согласовано:



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



24.10.2025

Березники ШУ комплекс без супа 120р рп

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Обед						
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 141,09	Печенье детское_@	30	2,25	3	17	122,1
Итого за Обед		520	25,98	16	91,14	608,1
Итого за день		520	25,98	16	91,14	608,1

Согласовано:



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



24.10.2025

Березники ШУ Комплекс с супом 120р рп

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		710	26,95	19	91,15	643,8
Итого за день		710	26,95	19	91,15	643,8

Согласовано:



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

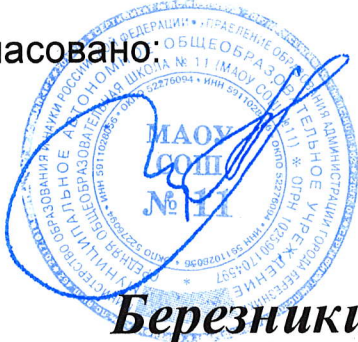


24.10.2025

Березники ШУ Комплекс 7-11 лет 150,00р р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 046	Бутерброд с повидлом	50	2,69	1	27,74	129,2
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,51	9	31,53	250,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Завтрак		500	10,2	10	75,27	443,3
<u>Обед</u>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом _@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном _@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		710	26,95	19	91,15	643,8
Итого за день		1 210	37,15	29	166,42	1 087,1

Согласовано:



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



24.10.2025

Березники ШУ Комплекс Спортсмены 300р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

349,02	Яйцо вареное	50	6,38	6	0,38	78,8
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,61	1	16,64	77,5
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	300	9,01	11	37,84	300,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Завтрак		580	17	18	70,86	520,4

Обед

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом_@	100	17,33	5	3,31	132,2
512	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5
819,02	Горошек зеленый отварной	20	0,6	1	7,92	16,7
686	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
740	Шанежки наливные с сыром	100	8,69	3	49,78	262,2
Итого за Обед		890	36,74	24	150,17	976,6
Итого за день		1 470	53,74	42	221,03	1 497