



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

24.03.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ,калд
Завтрак					
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	130	4,67	4	23,26	157,7
Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
Чай с лимоном	200	0,05		20,26	79,8
Итого за Завтрак	355	6,08	11	52,19	336,2
Завтрак 2					
Напиток Ягодка 200	100	0,06		7,42	30,6
Итого за Завтрак 2	100	0,06		7,42	30,6
Обед					
Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
Плов со свиной	160	11,58	13	31,34	280,7
Компот из изюма	150	0,35		7,6	79,5
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	520	19,92	19	71,05	562,3
Полдник					
Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
Итого за Полдник	200	6,25	5	18,8	156,2
Итого за день	1 175	32,31	35	149,46	1 085,3

Согласовано:



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

25.03.2025 (вторник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

рецептура	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ,калд
Завтрак						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	130	2,38	3	14,45	92,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	355	5,87	6	33,99	226,1
Завтрак 2						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед						
20	Свекла отварная с маслом растительным	30	0,44	3	3,1	34,8
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	150	1,59	4	11,26	89,2
1 076	Печень по-строгановски	60	8,06	6	3,13	99,6
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,95	154
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
	Итого за Обед	540	15,96	20	73,59	552,1
Полдник						
769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	133,8
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
971	Чай ягодный	150	0,08		12	45,2
	Итого за Полдник	220	7,57	6	20,89	189,9
	Итого за день	1 215	29,8	32	158,27	1 015,1

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

26.03.2025 (среда)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ/ккал
Завтрак					
Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	130	3,6	5	17,03	156
Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
Чай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак	355	4,92	12	36,88	299,4
Завтрак 2					
Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
Обед					
Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
Суп картофельный с крупой с мясом кур @	150	1,1	1	8,91	52,9
Котлета Домашняя @	50	6,67	6		142,3
Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	2	28,39	156
Напиток Ягодка 200	150	0,09		11,14	45,9
Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	550	16,97	13	71,88	550,3
Полдник					
Печенье детское (конд изд)	50	7,43	10	52,25	407
Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
Итого за Полдник	200	7,6	10	73,92	495,5
Итого за день	1 205	29,49	35	193,88	1 392,7

Согласовано

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

27.03.2025 (четверг)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ/ккал
Завтрак						
972	Омлет натуральный	120	8,87	8	10,22	176,2
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	350	10,19	11	37,08	324
Завтрак 2						
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
	Итого за Завтрак 2	100	0,05		13,2	53,8
Обед						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	30	0,55	3	8,93	62,4
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур @	150	1,45	1	10,46	60,5
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	50	6,5	5	2,88	84,4
995	Пюре картофельное	110	2,45	6	19,99	154
633,02	Компот из яблок и ягод	150	0,23		25,1	96,3
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
	Итого за Обед	530	14,48	16	83,56	557,8
Полдник						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
	Итого за Полдник	230	7,25	6	26,78	194
	Итого за день	1 210	31,97	33	160,82	1 129,6



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

28.03.2025 (пятница)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.квал
Завтрак					
пшеничная каша гречневая молочная с маслом	130	3,29	5	12,27	156
хлеб пшеничный	25	3,49	3	8,57	73,9
масло сливочное	200	0,1		16	60,2
чай ягодный					
Итого за Завтрак	355	6,88	8	36,84	290,1
Завтрак 2					
хлеб (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед					
борщ овощной	30	0,29	3	2,48	38,4
картофельное пюре с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур @	150	2,27	4	10,41	88,5
котлеты картофельные с мясом.	140	11,12	16	30,88	282,2
салат сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
пирожок из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
хлеб пшеничный	20	1,62		5,76	48,4
хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	530	17,85	26	82,6	520,4
Полдник					
молоко с клубникой @	60	5,02	5	170,48	115,9
чай с сахаром @	150			8,23	44,9
Итого за Полдник	210	5,02	5	178,71	160,8
Итого за день	1195	30,15	39	307,95	1118,3