

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

24.03.2025 (понедельник)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦкал
Завтрак					
Паша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	5	30,42	206,2
Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак	400	7,78	13	61,09	404,5
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	50	0,6	7	3,7	48,5
Суп-пюре из гороха	180	5,55	1	16,29	97,5
Тренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
Гов со свиной	200	14,47	17	39,18	350,8
Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	640	24,03	26	84,6	684
Полдник					
Тряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101
Итого за Полдник	250	7,7	6	20,8	181,4
Итого за день	1 390	39,57	45	173,91	1 300,5

Согласовано:
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева

25.03.2025 (вторник)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦкал
Завтрак					
Макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89	120,7
Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	400	7,3	7	40,15	269,3
Завтрак 2					
Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед					
Свекла отварная с маслом растительным	50	0,74	4	5,16	58
Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	180	1,9	5	13,51	107
Печень по-строгановски	70	9,4	7	3,65	116,2
Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	650	18,37	24	85,62	692,6
Полдник					
Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	133,8
Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
Чай ягодный	180	0,09		14,4	54,2
Итого за Полдник	250	7,58	6	23,29	198,9
Итого за день	1 400	33,65	37	158,86	1 167,8

ано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



26.03.2025 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ (ккал)
Завтрак					
аша ячневая молочная жидкая с маслом и вичным	180	4,98	8	23,38	216
утерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
ай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак	405	6,3	15	43,43	359,4
Завтрак 2					
ок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
Обед					
укуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
уп картофельный с крупой с мясом кур (а)	180	1,31	2	10,73	63,4
отлета Домашняя (а)	70	9,33	8		199,3
оус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	3	33,55	184,4
Напиток Ягодка 200	180	0,11		13,36	55
Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	670	21,15	18	83,54	678,4
Полдник					
Теченье детское (конд изд)	50	7,43	10	52,25	407
Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник	250	7,66	10	81,14	525,1
Итого за день	1 425	35,09	43	219,31	1 610,4

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



27.03.2025 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептура	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ (ккал)
Завтрак						
972	Омлет натуральный	165	12,2	11	14,05	242,3
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	4	18,54	102,6
828	Чай с сахаром (а)	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	400	13,74	15	43,56	404,8
Завтрак 2						
701,01	Напиток яблочный (а)	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	50	0,91	5	14,88	104
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур (а)	180	1,74	2	12,55	72,6
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03	118,1
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72	115,5
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	650	18,22	22	100,99	692,4
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	180	0,08		18,23	71,8
	Итого за Полдник	260	7,26	6	29,81	205,9
	Итого за день	1 410	39,27	43	187,56	1 356,9

зано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

28.03.2025 (пятница)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

Наименование блюда

Выход г

Белки г

Жиры г

Углево- ды г

ЭЦКкал

Завтрак

Паша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	7	16,04	204
Мюстерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Майягодный	200	0,1		16	60,2
Итого за Завтрак	400	8,6	10	42,33	352,9

Завтрак 2

Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47

Обед

Маринад овощной	50	0,48	5	4,14	64
Суп с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	180	2,73	5	12,49	106,2
Панкеанка картофельная с мясом.	180	14,3	20	39,7	362,9
Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	650	21,78	33	99,01	762,5

Полдник

Молоко с клубникой @	60	5,02	5	170,48	115,9
Май с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник	260	5,02	5	181,45	175,8
Итого за день	1 410	35,8	48	332,59	1 338,2