

Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева					
01.04.2025 (вторник)					
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб					
Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал

Завтрак

аша манная молочная с маслом	165	6,2	6	33,91	217,2
ивочным жидкая					
утерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
ай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак	395	7,52	9	60,98	349,8

Завтрак 2

ок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5

Обед

кра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
Ди из свежей капусты с картофелем, метаной и мясом кур @	180	1,49	4	7,28	75,9
Саркое по-домашнему	200	13,22	24	22,74	362,9
омпот из смеси сухофруктов	180	0,32		21,92	91,5
леб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
леб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	650	18,95	36	73,9	679

Полдник

апшевник с творогом	70	6,48	6	13,44	132,4
ай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Полдник	250	6,48	6	23,31	186,3
Итого за день	1 395	32,95	51	169,39	1 262,6

Согласовано:						
01.03.2025 (понедельник)						
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	170	7,74	9	26,93	174,8
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	400	11,93	12	48,19	323,4	

Завтрак 2

976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47	

Обед

811	Горошек зеленый консервированный	50	1,55		3,25	20
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	180	4	4	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
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	23,09	16	83,79	638,8	

Полдник

1 141	Печенье детское (конд изд)	50	7,43	10	52,25	407
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник	250	13,23	15	60,25	513	
Итого за день	1 400	48,65	43	202,03	1 522,2	

Согласовано		Утверждаю директор				
ООО "Комбинат общественного питания"		ООО "Комбинат общественного питания"				
И.Ю. Козырева		И.Ю. Козырева				
02.04.2025 (среда)		02.04.2025 (среда)				
Красноурьинск ДОУ 3-7 л		210,58 руб				
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	7,81	9	36,49	230,3
	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	400	12,06	12	61,94	378,9
Завтрак 2						
	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,81	60,3
Обед						
	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
	Запеканка картофельная с печенью @	180	14,69	9	31,78	290,3
	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72	115,5
	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
	Итого за Обед	650	28,1	20	99,66	704,8
Полдник						
	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	275	6,76	5	20,43	181,1
	Итого за день	1 425	47,26	37	194,84	1 325,1

Согласовано		Утверждаю директор				
ООО "Комбинат общественного питания"		ООО "Комбинат общественного питания"				
И.Ю. Козырева		И.Ю. Козырева				
03.04.2025 (четверг)		03.04.2025 (четверг)				
Красноурьинск ДОУ 3-7 л		210,58 руб				
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	8,18	7	27,23	202,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
	Итого за Завтрак	400	11,12	16	53,64	408,9
Завтрак 2						
925	Напиток апельсиновый или мандариновый	100	0,07		9,92	40,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,07		9,92	40,3
Обед						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	50	0,91	5	14,88	104
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	180	2,07	2	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	6,41	5	7,17	101,9
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
930	Напиток Ягодка 200	180	0,11		13,36	55
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
	Итого за Обед	650	15,69	20	95,45	643,5
Полдник						
1 066,01	Сырники @	70	4,9	4	10,67	105,5
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
	Итого за Полдник	270	5,11	4	39,21	222,1
	Итого за день	1 420	31,99	40	198,22	1 314,8

