совано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Е.Ю.Козырева

21.04.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
	Каша пшенная 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					
	Кукуруза консервированная	50	1,05	3	6,21	57,9
9	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1	16,29	97,5
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1	Плов со свининой	200	14,47	17	39,18	350,8
1	Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
7	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
	Итого за Обед	640	24,46	22	87,11	693,4
	Полдник					
	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	250	3,15	3	44,27	233,4
	Итого за день	1 390	35,45	38	199,89	1 361,9

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Е.Ю.Козырева

22.04.2025 (вторник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89	120,7
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	7,3	7	40,15	269,3
	Завтрак 2					
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	180	1,9	5	13,51	107
1 076	Печень по-строгановски	70	9,4	7	3,65	116,2
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		21,92	91,5
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	18,41	27	84,59	645,4
	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	180	0,09		14,4	54,2
	Итого за Полдник	250	7,58	6	23,29	198,9
	Итого за день	1 400	33,69	40	157,83	1 160,6

зано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.04.2025 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,98	8	23,58	216
Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	405	6,3	15	43,22	374,6
Завтрак 2					
Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
Обед					
Огурцы свежие порционно	50	0,4		5	27,5
Суп картофельный с крупой с мясом кур_@	180	1,31	2	10,73	63,4
Котлета Домашняя_@	70	9,33	8		199,3
Соус 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	20,5	15	82,33	648
Полдник					
Печенье 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	34,46	40	217,89	1 595,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.04.2025 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
972	Омлет натуральный	170	12,56	11	14,47	249,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
	Итого за Завтрак	400	16,75	14	35,94	383,1
	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					
520	Икра овощная свекольная	50	0,69	4	4,62	55,6
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур_@	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	21	90,73	644
	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
828	Чай с сахаром_@	180			9,87	53,9
	Итого за Полдник	260	7,18	6	21,45	188
	Итого за день	1 410	42	41	158,04	1 255,4

ровано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

25.04.2025 (пятница)

Красноотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	7	16,04	204
Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	11,6	77,6
Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак	400	6,03	8	47,9	361,4
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
Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	180	2,73	5	12,49	106,2
Запеканка 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					
Слойка с клубникой ®	60	5,02	5	170,48	115,9
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник	260	5,02	5	181,45	175,8
Итого за день	1 410	33,23	46	338,16	1 346,7