



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 12.05.2025 (понедельник)
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	170	7,74	9	26,93	174,8
Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	400	11,93	12	48,19	323,4
Завтрак 2					
Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед					
Горошек зеленый консервированный	50	1,55		3,25	20
Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	180	4	4	11,31	113,8
Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
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	23,09	16	83,79	638,9
Полдник					
Печенье детское (конд изд) 110	50	2,43	10	52,25	307
Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник	250	13,23	15	60,25	313
Итого за день	1 400	48,65	43	202,03	1 322,2

Согласовано



Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 13.05.2025 (вторник)
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ резолюции	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	13,89	87,9
854.01	Чай с шиповником	200			11,38	41,7
Итого за Завтрак	400	7,71	9	62,01	356,4	
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5	
Обед						
813	Икра кабачковая пром. производства	50	0,6	7	3,7	48,7
124.06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	180	1,49	4	7,28	75,9
893.01	Жаркое по-домашнему	200	13,22	24	22,74	362,9
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	18,93	36	73,9	679	
Полдник						
226	Лапшевник с творогом	70	6,48	6	13,44	132,4
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Полдник	250	6,48	6	23,31	186,3	
Итого за день	1 400	33,14	51	170,42	1 269,2	



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



14.05.2025 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦкал
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	3	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	304,8
Полдник					
Бигус с мясным фаршем	60	5,48	3	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	3	20,43	181,1
Итого за день	1 425	47,26	37	194,84	1 325,1

Согласовано:



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



15.05.2025 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептура	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦкал
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	11,88	104
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	180	2,07	2	17,93	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
930,08	Напиток Ягодка 180	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



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева
16.05.2025 (пятница)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47	188,2
Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Кофейный напиток с молоком	200	4,84	6	14,38	152
Итого за Завтрак	400	14,75	16	49,14	428,9
Завтрак 2					
Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
Обед					
Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	3	33,55	184,4
Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
Компот из ягод	180	0,14		17,15	70,6
Хлеб пшеничный	25	2,08		12,2	60,5
Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед	680	24,35	24	100,11	696,6
Полдник					
Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник	250	1,9	1	23,77	140,3
Итого за день	1 430	41	41	184,22	1 313,5