

Утверждаю директор О.Ю.Козырева					
Утверждаю директор О.Ю.Козырева					
19.05.2025 (понедельник)					
Краснотурьинск ясли 1-3 г 167,77 руб					
Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>					
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	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак	355	6,08	11	52,19	336,2
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток Ягодка 200	100	0,06		7,42	30,6
Итого за Завтрак 2	100	0,06		7,42	30,6
<u>Обед</u>					
Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
Плов со свининой	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	20,18	17	72,55	568
<u>Полдник</u>					
Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
Итого за Полдник	200	3,15	3	41,53	218,4
Итого за день	1 175	29,47	31	173,69	1 153,2

Утверждаю директор О.Ю.Козырева					
20.05.2025 (вторник)					
Краснотурьинск ясли 1-3 г 167,77 руб					
№ рецептуры	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>					
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	75,9
828 Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	355	5,87	6	33,99	226,1
<u>Завтрак 2</u>					
976.03 Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>					
813 Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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	19,93	154
928 Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
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	16,02	21	73,07	548,4
<u>Полдник</u>					
769 Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	153,8
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	29,86	33	137,75	1 011,4

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 21.05.2025 (среда)

Красноурьинск ясли 1-3 г 167,77 руб

№ рецептура	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
	Капа ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	130	3,6	5	17,05	156
	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	355	4,92	12	36,67	314,6
Завтрак 2						
	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
Обед						
	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	16,5
	Суп картофельный с крупой с мясом кур @	150	1,1	1	8,94	52,9
	Котлета Домашняя @	50	6,67	6		112,3
	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	16,59	11	71,16	532
Полдник						
	Печенье детское (конд изд) 110	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	29,11	33	192,95	1 389,6

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 22.05.2025 (четверг)

Красноурьинск ясли 1-3 г 167,77 руб

№ рецептура	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
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	350	13,06	11	31,69	309,6
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	30	0,41	2	2,77	33,3
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	2,43	6	19,93	154
633,02	Компот из яблок и ягод	150	0,23		23,1	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	14,34	15	77,4	528,7
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 @	150			8,23	44,9
	Итого за Полдник	230	7,18	6	19,81	179
	Итого за день	1 210	34,65	32	138,82	1 057,6

Красногурьинск ясли 1-3 з 167,77 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивал
<u>Завтрак</u>					
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	130	3,29	5	12,27	156
Бутерброд с повидлом	25	1,36	1	9,67	64,6
Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак	355	4,74	6	42,2	300,4
<u>Завтрак 2</u>					
Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>					
Маринад овощной	30	0,29	2	2,48	38,4
Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	150	2,27	4	10,41	88,5
Запеканка картофельная с мясом.	140	11,12	16	30,88	282,2
Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	530	17,85	25	82,6	620,4
<u>Полдник</u>					
Слойка 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	1 195	28,01	36	313,31	1 128,6