

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю. Козырева  
 10.06.2025 (вторник)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
ша манная молочная с маслом и вичным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
терброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
ий с шиповником	200			11,18	44,7
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>7,71</b>	<b>9</b>	<b>62,01</b>	<b>356,4</b>
<b>Завтрак 2</b>					
к натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b>Обед</b>					
аринад овощной	50	0,48	3	4,14	64
и из свежей капусты с картофелем, етаной и мясом кур @	180	1,49	4	7,28	75,9
аркое по-домашнему	200	13,22	24	22,74	362,9
мпот из смеси сухофруктов	180	0,32		22,82	107,7
еб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
еб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>	<b>650</b>	<b>18,83</b>	<b>32</b>	<b>75,24</b>	<b>710,7</b>
<b>Полдник</b>					
пшевник с творогом	70	6,48	6	13,44	132,4
ий с сахаром @	180			9,87	53,9
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>6,48</b>	<b>6</b>	<b>23,31</b>	<b>186,3</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 400</b>	<b>33,02</b>	<b>47</b>	<b>171,76</b>	<b>1 300,9</b>

Согласовано:  
 Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю. Козырева  
 09.06.2025 (понедельник)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	170	7,74	9	26,93	191,9
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>11,93</b>	<b>12</b>	<b>48,19</b>	<b>340,5</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>650</b>	<b>23,09</b>	<b>16</b>	<b>83,79</b>	<b>638,8</b>
<b>Полдник</b>						
1 141	Печенье детское (конд изд) 110	50	7,43	10	52,25	407
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>13,23</b>	<b>15</b>	<b>60,25</b>	<b>513</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 400</b>	<b>48,65</b>	<b>43</b>	<b>202,03</b>	<b>1 539,3</b>

Согласовано



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



11.06.2025 (среда)

**Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ (ккал)
<b>Завтрак</b>						
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	7,81	9	36,49	230,3
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
686	Чай с лимоном (а)	200	6,06		15,16	59,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>12,06</b>	<b>12</b>	<b>61,94</b>	<b>378,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>12,82</b>	<b>60,3</b>
<b>Обед</b>						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
910	Запеканка картофельная с пшенью (а)	180	14,69	9	31,78	290,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>650</b>	<b>28,1</b>	<b>20</b>	<b>99,66</b>	<b>704,8</b>
<b>Полдник</b>						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
828	Чай с сахаром (а)	200			10,97	59,9
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>275</b>	<b>6,76</b>	<b>5</b>	<b>20,43</b>	<b>181,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 425</b>	<b>47,26</b>	<b>37</b>	<b>194,85</b>	<b>1 325,1</b>