

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Ю.Козырева
 23.06.2025 (понедельник)
 Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	170	7,74	9	26,93	191,9
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	340,5
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	11,34	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	638,8
Полдник					
Печенье детское (конд изд) 110	50	3,75	5	37,2	203,5
Кисломолочный продукт	200	1,36	1	1,6	21,2
Итого за Полдник	250	4,91	6	38,8	224,7
Итого за день	1 400	40,33	34	180,58	1 251

Согласовано
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Ю.Козырева
 24.06.2025 (вторник)
 Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦккал
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	15,89	87,9
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
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						
817	Маринад овощной	50	0,48	3	4,14	64
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	0,06		4,56	21,5
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	18,57	32	56,98	624,5
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	32,76	47	153,5	1 214,7

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Ю. Козырева
 25.06.2025 (среда)
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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		12,82	60,3
Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,82	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	0,03		3,31	13,8
Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	650	27,85	20	75,25	603,1
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	47,01	37	170,44	1 223,4

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Ю. Козырева
 26.06.2025 (четверг)
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	15	88,1
Итого за Завтрак	400	11,12	16	53,64	408,9	
Завтрак 2						
925	Напиток апельсиновый или мандариновый	100	0,01		1,98	8,1
Итого за Завтрак 2	100	0,01		1,98	8,1	
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	9,93	9	6,9	154,2
995	Пюре картофельное	130	2,86	7	23,41	183,1
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	19,2	24	95,04	686,9	
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		25	106,2
Итого за Полдник	270	5,11	4	39,21	222,1	
Итого за день	1 420	35,44	44	189,87	1 336	

Иванов
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю. Козырева
 27.06.2025 (пятница)
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб



Утверждаю директор

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦквал
<u>Завтрак</u>					
Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	7,02	8	35,29	241
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	16,05	17	59,96	481,7
<u>Завтрак 2</u>					
Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
<u>Обед</u>					
Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
Гёфтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,54	3	33,12	183,7
Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
Компот из ягод	180	0,03		3,43	14,1
Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед	680	23,97	17	83,66	598,4
<u>Полдник</u>					
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	41,92	35	178,59	1 267,9