

Согласовано: 		Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева		30.06.2025 (понедельник)	
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л		210,58 руб			
Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивалент
<u>Завтрак</u>					
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	7	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	15	61,09	404,5
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2	100	0,11		13,36	55
<u>Обед</u>					
Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
Плов со свиной	200	14,47	17	39,18	350,8
Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед	640	24,46	23	87,08	697,9
<u>Полдник</u>					
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	35,5	41	205,8	1 390,8

Согласовано: 		Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева				
		01.07.2025 (вторник)				
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л		210,58 руб				
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивалент
<u>Завтрак</u>						
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
<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	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	2,84	5	19,1	137,5
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	18,12	25	62,78	530,9
<u>Полдник</u>						
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	33,4	38	136,02	1 046,1

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 02.07.2025 (среда)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивал
Завтрак					
Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	405	6,48	13	43,99	329,6
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		1,4	7,5
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	5,54	3	33,12	183,7
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	20,43	15	78,3	627,3
Полдник					
Печенье детское (конд изд) 110	50	3,75	5	37,2	203,5
Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник	250	3,98	5	66,09	321,6
Итого за день	1 425	30,89	33	199,58	1 326

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 03.07.2025 (четверг)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивал
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						
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
	Итого за Завтрак 2	100	0,05		13,2	53,8
Обед						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	46,8
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	2,84	5	19,1	137,5
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
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	17,91	18	62,21	489
Полдник						
769	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	250	3,78	6	41,9	256,9
	Итого за день	1 400	38,49	38	153,25	1 182,8



О.Ю. Козырева

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность
<u>Завтрак</u>					
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	7	16,04	204
Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	11,6	77,5
Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак	400	6,03	8	47,9	361,4
<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	50	0,48	3	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	31	99,01	762,5
<u>Полдник</u>					
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	44	338,16	1 346,7