

 Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева 07.07.2025 (понедельник) Красногурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб					
Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ, ккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,59	6	28,52	185,1
Батон	20	1	1	8,33	52,2
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	400	5,59	7	47,82	297,2
Завтрак 2					
Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2	100	0,11		13,36	55
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
Тестели 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	9,7	51,8
Итого за Обед	650	23,09	16	84,99	638,8
Полдник					
Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
Кисломолочный продукт	200	1,16	1	1,6	21,2
Итого за Полдник	250	4,54	5	25,35	206,2
Итого за день	1 400	33,33	28	171,52	1 197,2

Согласовано:		Утверждаю директор				
19.07.2025		ООО "Комбинат общественного питания"				
19.07.2025		О.Ю.Козырева				
19.07.2025		08.07.2025 (вторник)				
19.07.2025		Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб				
№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевода г	ЭЦ, ккал
рецептуры						
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	0,31		21,92	91,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	650	18,82	32	75,54	694,5
Полдник						
1 809	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	33,01	47	172,06	1 284,7

ано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

09.07.2025 (среда)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак					
аша (пшено.рис) жидкая молочная с	170	1,22	1	7,27	45,9
аслом сливочным	30	4,19	3	10,29	88,7
утерброд с сыром	200	0,06		15,16	59,9
ай с лимоном @					
Итого за Завтрак	400	5,47	4	32,72	194,5
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					
Кра овощная свекольная	50	0,69	4	4,62	55,6
Ха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
Запеканка картофельная с печеню @	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	9,7	51,8
Итого за Обед	650	28,08	21	73,85	618,9
Полдник					
Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
Хлеб ржаной.	15	1,28		7,28	38,9
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник	275	6,76	5	21,33	181,1
Итого за день	1 425	40,65	30	140,72	1 054,8

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

10.07.2025 (четверг)

Красноурьинск 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	1,64	1	5,45	40,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	52,67	261	347	3 950
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		400	55,67	263	368,45	4 078,6
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						
1 721	Салат из свежей капусты с огурцом	50	0,73	4	2,01	42,8
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	200	2,3	3	18,92	109,3
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	130	18,45	17	12,81	286,4
930,1	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1
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		620	25,02	25	79,93	650,8
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		1 390	85,81	292	489,57	4 959,6

