Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

28.07.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	7	30,42	206,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,42	118,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
	Итого за Завтрак	400	7,78	15	61,1	404,5
	Завтрак 2					
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
	Обед					
812	Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Гуляш из мяса свинины_@	70	7,82	20	2,53	165,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
932,01	Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	640	25,89	31	93,77	759,2
	Полдник					
938	Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	164,7
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	250	3,19	2	44,54	224,6
	Итого за день	1 390	37,26	48	209,21	1 435,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

29.07.2025 (вт

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
	Завтрак				
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20
693	Батон	20	1	1	8,33
828	Чай с сахаром_@	200			10,97
	Итого за Завтрак	400	4,29	5	39,3
	Завтрак 2				
930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36
	Итого за Завтрак 2	100	0,11		13,36
	Обед				
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур_@	180	1,9	5	13,51
1 076	Печень по-строгановски	70	9,4	7	3,65
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7
	Итого за Обед	650	18,35	24	81,33
	Полдник				
769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34
971	Чай ягодный	180	0,09		14,4
	Итого за Полдник	250	7,58	6	23,29
	Итого за день	1 400	30,33	35	157,28

Согласовано: Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

30.07.2025 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
828	Чай с сахаром _@	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	400	6,16	7	43,65	283,1
	Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
	Обед					
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом кур_@	180	1,31	2	10,73	63,4
661,04	Котлета Домашняя _@	70	9,33	8		199,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
930,1	Напиток Ягодка	180	0,19		24,05	99
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	670	20,47	16	89,89	676,9
	Полдник					
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
	Итого за Полдник	250	4,01	6	59,82	315,1
	Итого за день	1 420	30,64	29	204,56	1 322,6

Согласовано: Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

31.07.2025

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 ру

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
	Завтрак				
972	Омлет натуральный	170	12,56	11	14,47
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
	Итого за Завтрак	400	16,75	14	35,94
	Завтрак 2				
701,01	Напиток яблочный _@	100	0,05		13,2
	Итого за Завтрак 2	100	0,05		13,2
	Обед				
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур _@	180	1,74	2	12,55
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03
512	Рис припущенный	130	0,48	1	5,1
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7
	Итого за Обед	650	15,55	14	49,41
	Полдник				
1 141,07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75
828	Чай с сахаром _@	200			10,97
	Итого за Полдник	250	3,38	4	34,72
	Итого за день	1 400	35,73	32	133,27

Согласовано:

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

01.08.2025 (пятница)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	7	16,04	204
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
	Итого за Завтрак	400	5,72	10	52,19	371,7
	Завтрак 2					
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
	Обед					
817	Маринад овощной	50	0,48	3	4,14	64
1 021,05	Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	180	2,73	5	12,49	106,2
1 018	Плов со свининой _@	180	11,48	21	42,22	422,7
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,12		4,61	21,7
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	630	18,13	30	82,92	714,8
	Полдник					
450,05	Маффин ванильный_@	40	4,14	4	29,44	173
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	240	4,14	4	40,41	232,9
	Итого за день	1 370	28,39	44	185,32	1 366,4