

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

04.08.2025 (понедельник)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,39	6	28,52	185,1
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	5,59	7	47,82	297,2
Завтрак 2						
930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2		100	0,11		13,36	55
Обед						
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	9,7	51,8
Итого за Обед		650	23,09	16	84,99	638,8
Полдник						
1 141,07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
914	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

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

05.08.2025 (в)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак					
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
Итого за Завтрак		400	7,71	9	62,01
Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2
Обед					
817	Маринад овощной	50	0,48	3	4,14
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	180	1,49	4	7,28
893,01	Жаркое по-домашнему	200	13,22	24	22,74
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	18,82	32	75,54
Полдник					
1 809	Лапшевник с творогом	70	6,48	6	13,44
828	Чай с сахаром @	180			9,87
Итого за Полдник		250	6,48	6	23,31
Итого за день		1 400	33,01	47	172,06

Согласовано  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 06.08.2025 (среда)
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦкала
Завтрак						
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	1,22	1	7,27	45,9
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		400	5,47	4	32,72	194,5
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,07		2,56	12,1
Итого за Завтрак 2		100	0,07		2,56	12,1
Обед						
520	Икра овощная свекольная	50	0,69	4	4,62	55,6
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
910	Запеканка картофельная с печенью @	180	14,69	9	31,78	290,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
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	9,7	51,8
Итого за Обед		650	28,08	21	73,85	618,9
Полдник						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		7,28	38,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		275	6,76	5	21,33	181,1
Итого за день		1 425	40,38	30	130,46	1 006,6

Согласовано  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева
 07.08.2025 (ср)
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦкала
Завтрак						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	1,64	1	5,45	
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,42	
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	
Итого за Завтрак		400	4,58	10	31,87	
Завтрак 2						
925	Напиток апельсиновый или мандариновый	100	0,01		1,98	
Итого за Завтрак 2		100	0,01		1,98	
Обед						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	50	0,75	3	4,56	
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	200	2,3	3	18,92	
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	130	18,45	17	12,81	
930,1	Напиток Ягодка	200	0,22		36,73	
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	
Итого за Обед		620	25,04	24	82,48	
Полдник						
1 066,01	Сырники @	70	4,9	4	10,67	
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	
Итого за Полдник		270	5,11	4	39,21	
Итого за день		1 390	34,74	38	155,54	

Согласовано:

Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

08.08.2025 (пятница)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	7,02	8	35,29	241
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
349.01	Яйцо отварное шт	50	6,35	6	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	6	14,38	152
	Итого за Завтрак	450	21,42	21	66,07	556,7
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
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
1 085.01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
917.02	Компот из ягод	180	0,14		15,36	63,4
894.01	Хлеб пшеничный.	25	2,05		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	680	24,04	18	96,79	653,3
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	250	1,9	1	23,77	140,3
	Итого за день	1 480	47,36	40	197,83	1 397,3