

Согласовано:

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

11.08.2025 (понедельник)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	7	30,42	206,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	11	10,42	138
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		400	7,78	18	61,1	424
Завтрак 2						
976.03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
604	Кукуруза отварная	50	5,67	3	8	67,4
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	30,53	31	95,56	768,7
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	41,9	51	211	1 464,3

Согласовано:

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

12.08.2025 (вторник)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20	127,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	9	8,68	115
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		405	4,61	13	39,65	302,7
Завтрак 2						
930.1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2		100	0,11		13,36	55
Обед						
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	9	3,65	136,5
995	Пюре картофельное	130	2,82	6	19,09	141,7
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	18,35	28	81,33	625,4
Полдник						
769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	133,8
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
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		270	8,58	7	31,62	251,1
Итого за день		1 425	31,65	48	165,96	1 234,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

13.08.2025 (среда)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	180	6,76	7	36,99	237
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
828	Чай с сахаром (а)	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	7,76	8	56,29	349,1
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 (а)	180	1,31	2	10,73	63,4
661.04	Котлета Домашняя (а)	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	32,24	30	217,2	1 388,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

14.08.2025 (четверг)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
972	Омлет натуральный	170	12,56	11	14,47	249,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	122
854.01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак		400	16,75	14	35,94	416,4
Завтрак 2						
701.01	Напиток яблочный (а)	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 (а)	180	1,74	2	12,55	72,6
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03	118,1
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
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	18,19	18	76,42	542,5
Полдник						
1 141.07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
828	Чай с сахаром (а)	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		250	3,38	4	34,72	244,9
Итого за день		1 400	38,37	36	160,28	1 257,6

Согласовано

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

15.08.2025 (пятница)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦКкал
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						
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		1 380	26,15	41	168,68	1 273,8