

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

08.09.2025

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭШ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	7	27,02	206,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
	Итого за Завтрак	400	7,78	16	50,34	424
Завтрак 2						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
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	25,46	35	91,26	749,8
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	36,83	53	195,94	1 445,4

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

09

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭШ ккал
Завтрак						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20	
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	
828	Чай с сахаром @	200			10,97	
	Итого за Завтрак	405	4,61	12	37,77	
Завтрак 2						
930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	
	Итого за Завтрак 2	100	0,11		13,36	
Обед						
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	50	0,38	3	1,33	
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	180	1,9	5	13,51	
1 076	Печень по-строгановски	70	8,82	9	1,82	
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		9,36	
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	
	Итого за Обед	650	17,55	22	77,13	
Полдник						
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	
971	Чай ягодный	180	0,09		14,4	
	Итого за Полдник	240	6,3	6	58,56	
	Итого за день	1 395	28,57	40	186,82	

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

10.09.2025

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	170	6,39	6	34,94	223,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	400	7,97	15	54,07	421,7
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
Обед						
835	Помидоры порционно	50	0,55		6,88	61,9
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	20,62	16	95,37	731,3
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	32,6	37	220,46	1 515,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

11

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак					
972	Омлет натуральный	165	12,2	11	14,05
810	Бутерброд с сыром	35	4,89	4	16,45
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
	Итого за Завтрак	400	17,09	15	41,68
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	3,12	5	32,11
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	18,19	18	76,42
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	38,71	37	166,02

Согласовано:

Л.В. Мещеряков

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

12.09.2025

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	6,12	7	28,56	204
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
	Итого за Завтрак	400	7,53	10	59,61	371,7
<u>Завтрак 2</u>						
930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
	Итого за Завтрак 2	100	0,11		13,36	55
<u>Обед</u>						
817	Маринал 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
1 020	Плов с мясом птицы @	180	11,32	10	34,86	278,5
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
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	630	18,46	19	95,81	664,7
<u>Полдник</u>						
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	28	30	192,55	1 231,7