



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

29.09.2025

Красногурьинск ясли I-3 з 167,77 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭШкал
<u>Завтрак</u>					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	130	3,65	4	20,59	146,7
Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	355	4,97	12	38,56	321,6
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	64,3
<u>Обед</u>					
Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	150	3,33	3	9,45	94,8
Тефтели мясные с луком	50	7,56	5	5,25	119,6
Каша гречневая вязкая.	110	2,96	3	18,7	125,4
Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед	530	18,17	17	73,95	551,8
<u>Полдник</u>					
Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
Снежок	150	4,35	5	6	88,5
Итого за Полдник	200	7,73	9	29,75	273,5
Итого за день	1 185	31,21	38	155,85	1 211,2

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

30.09.2025

Краснотурьинск ясли I-3 з 167,77 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивал
<u>Завтрак</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	130	4,88	5	26,72	171,1
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Завтрак		360	6,1	11	50,58	338,7
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	30	0,29	2	2,48	38,4
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	150	1,24	4	6,06	63,2
893,01	Жаркое по-домашнему	160	10,58	10	18,2	208
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		530	16,21	18	65,41	494,5
<u>Полдник</u>						
1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
Итого за Полдник		200	2	15	39,48	315,9
Итого за день		1 190	24,31	44	166,67	1 196,6



О.Ю.Козырева

01.10.2025

Согласовано



О.Ю. Козырева

02.10.2025

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность
<u>Завтрак</u>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	130	3,91	5	16,4	130,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		355	6,59	14	39,2	333,2
<u>Завтрак 2</u>						
925	Напиток апельсиновый или мандариновый	100	0,07		10,12	41,1
Итого за Завтрак 2		100	0,07		10,12	41,1
<u>Обед</u>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	30	0,45	2	2,74	26,7
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур (а)	150	1,73	2	14,19	82
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
518	Картофель отварной	110	0,33	1	2,67	164,8
928	Компот из смеси сухофруктов	170	0,29		20,71	86,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		550	11,73	12	65,64	578,6
<u>Полдник</u>						
1 809	Лапшевник с творогом	70	5,51	6	13,44	118,4
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
Итого за Полдник		240	5,69	6	37,65	217,3
Итого за день		1 245	24,08	32	152,61	1 170,2

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева

03.10.2025

Краснотурьинск ясли 1-3 г 167,77 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	6	18,71	143,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
349.01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
	Итого за Завтрак	405	16,86	17	41,03	385,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	150	1,29	2	9,87	59,3
1 085.01	Тефтели из мяса птицы с рисом	50	8,48	7	6,86	127,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
917.02	Компот из ягод	150	0,11		12,8	52,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	550	19,03	15	79,97	531
<u>Полдник</u>						
767	Булочка ванильная	70	5,93	6	40,23	239,8
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
	Итого за Полдник	220	5,93	6	48,48	284,7
	Итого за день	1 275	41,82	38	180,68	1 248,5