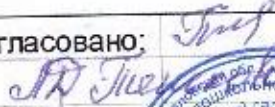


Согласовано: 		Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева				
		06.10.2025				
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб						
№ рецептуры		Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивалент
Завтрак						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89	120,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
Итого за Завтрак		400	4,78	13	42,21	338,5
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
1 148	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	33,83	50	187,81	1 359,9

Согласовано: 		Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева				
		07.				
Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб						
№ рецептуры	Позиционное блюдо	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивалент
Завтрак						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	7	27,02	
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	
828	Чай с сахаром @	200			10,97	
Итого за Завтрак		400	7,69	16	46,15	
Завтрак 2						
930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	
Итого за Завтрак 2		100	0,11		13,36	
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	
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	
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	
Итого за Обед		655	18,63	20	80,82	
Полдник						
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	
971	Чай ягодный	150	0,08		12	
Итого за Полдник		200	3,86	6	42,93	
Итого за день		1 355	30,29	42	183,26	

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

10.10.2025

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№	Выход	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ	
г	г	г	г	ды г	ккал	
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	165	5,94	7	27,72	198
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,42	7	14,8	125,6
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
Итого за Завтрак		400	7,45	14	57,68	403,4
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
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
1 020	Плов с мясом птицы @	180	11,52	11	34,86	278,5
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
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		630	18,98	21	96,75	673,1
<u>Полдник</u>						
775,01	Булочка сахарная	50	3,77	4	30,71	124,1
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		250	3,77	4	41,68	184
Итого за день		1 380	30,6	39	205,91	1 307,5