

Заведующий _____

Ю. Козырева

Красногвардейск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Согласовано:

Сектор культуры
Сектор культуры
Сектор культуры



О.Ю. Козырева

6

Красногурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 ру

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Завтрак</u>					
972	Омлет натуральный	165	12,2	11	14,05
810	Бутерброд с сыром	35	4,89	4	12
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
	Итого за Завтрак	400	17,09	15	37,23
<u>Завтрак 2</u>					
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2
	Итого за Завтрак 2	100	0,05		13,2
<u>Обед</u>					
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
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
	Итого за Обед	650	18,71	19	77,36
<u>Полдник</u>					
1 141,09	Печенье детское @	50	3,75	5	28,33
1 188	Чай с сахаром	200			16
	Итого за Полдник	250	3,75	5	44,33
	Итого за день	1 400	39,6	39	172,1

Согласовано:

Заведующий
Д.А. Козырева

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

07.11.2025

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецентуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жир г	Углево- ды г	ЭЦ 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	0,89		15,16	79,8
	Итого за Завтрак	400	7,45	14	57,68	403,4
<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	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	11,32	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	675,1
<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	28,44	36	191,56	1 271,8