

овано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 17.11.2025
Красногурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ (ккал)
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89	120,7
Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
Итого за Завтрак	400	4,78	13	42,21	338,5
Завтрак 2					
Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед					
Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
Суп-пюре из гороха	180	5,53	2	16,26	102
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	163,4
Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
Компот из изюма	180	0,41		9,12	93,4
Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед	645	25,89	35	93,69	762,8
Полдник					
Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	164,7
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник	250	3,19	2	44,54	224,6
Итого за день	1 395	34,26	50	190,24	1 372,9

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 18.11.2025
Красногурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ (ккал)
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,31	7	27,02	206,2
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	7,89	16	46,15	404,1
Завтрак 2						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
520	Икра овощная свекольная	50	0,09	4	4,62	53,6
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	180	1,9	5	13,51	107
1 076	Печень по-строгановски	70	8,82	9	1,82	126
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		655	18,02	24	91,49	630,3
Полдник						
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	273,8
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
Итого за Полдник		270	5,39	8	59,3	336
Итого за день		1 425	32,4	48	206,74	1 417,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.11.2025

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивал
Завтрак						
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
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
1 020	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	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	640	19,95	21	109,31	700,3
Полдник						
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	239,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	260	6,21	6	55,13	319,4
	Итого за день	1 400	34,01	41	231,92	1 470,1