

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева

02.12.2025

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ 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
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	7,69	16	46,15	404,1

Завтрак 2

930,1	Паншток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2		100	0,11		13,36	55

Обед

520	Икра овощная свекольная	50	0,69	4	4,62	55,6
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	Шоре 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	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		660	19,35	24	93,92	643,3

Полдник

769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
Итого за Полдник		270	5,39	8	59,3	336
Итого за день		1 430	32,54	48	212,73	1 438,4

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю.Козырева

01.12.2025

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 153	Суп молочный с макаронными	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-шоре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Тренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Туляш 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	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		645	25,89	35	93,69	762,8

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		1 395	34,26	50	190,24	1 372,9

Согласовано:

Л.Н. Мельникова

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

О.Ю. Козырева

04.12.2025

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эк ккал
------------	--------------------	-------	-------	------	----------	---------

Завтрак

972	Омлет натуральный	170	12,56	11	14,47	249,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Завтрак		400	16,75	14	35,94	398,4

Завтрак 2

701,01	Напиток яблочный (а)	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8

Обед

818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	46,8
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур (а)	180	1,74	2	12,55	72,6
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9	154,2
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
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		660	17,7	19	92,79	614,2

Полдник

1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник		250	2,13	1	41,69	198,5
Итого за день		1 410	36,63	34	183,62	1 264,9

Согласовано:

Л.Н. Мельникова

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

О.Ю. Козырева

03.12.2025

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эк ккал
------------	--------------------	-------	-------	------	----------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
828	Чай с сахаром (а)	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		405	6,48	14	42,12	345,9

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

604	Кукуруза отварная	50	5,67	3	8	67,4
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом	180	1,31	2	10,73	63,4
661,04	Котлета Домашняя (а)	70	9,33	8		199,3
905	Соус молочный (для подачи к	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
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		670	26,26	20	103,39	745,2

Полдник

775,01	Булочка сахарная	70	5,28	6	42,99	173,7
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник		270	5,28	6	58,99	237,5
Итого за день		1 445	38,02	40	215,7	1 397,6



Сопасовано

Утверждаю директор
 ООО "Комбина общественного питания"
 О.Ю.Козырева

05.12.2025

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

рециптур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жир г	Углево- дыг	ЭЦккал
<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	180	2,73	5	12,49	106,2
1 020	Плов с мясом птицы (a)	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
<u>Полдник</u>						
450.05	Маффин ванильный (a)	60	6,21	6	44,16	259,5
828	Чай с сахаром (a)	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