

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Ю. Козырева
 12.01.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 з 2026 174,48

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивал
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями	130	2,38	3	14,45	92,3
Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
Итого за Завтрак	355	3,79	11	36,41	287,1
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	30	0,36	4	2,22	29,1
Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	33,55	85
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
Гуляш из мяса свинины @	50	5,59	14	1,81	118,2
Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4	35,66	208,7
Компот из изюма	150	0,35		7,6	79,5
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед	520	20,77	25	78,35	612,3
Полдник					
Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	164,7
Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
Итого за Полдник	200	3,19	2	41,8	209,6
Итого за день	1 175	28,15	38	166,36	1 156

Согласовано:
 Заведующий
 Ю.Ю. Козырева
 13.01.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 з 2026 174,48

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эквивал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	130	4,67	5	20,66	157,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		355	5,99	13	38,43	332,6
Завтрак 2						
930.1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2		100	0,11		13,36	55
Обед						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	150	1,59	4	11,26	89,2
1 076	Печень по-строгановски	50	6,3	7	1,3	90
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
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		530	14,79	19	76,12	505,2
Полдник						
769,12	Будочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
971	Чай ягодный	150	0,08		12	45,2
Итого за Полдник		200	3,86	6	42,93	242,2
Итого за день		1 185	24,75	38	170,84	1 135

овано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 14.01.2026

Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 174,48

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	130	4,73	5	17,03	164,8
Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак	355	6,05	13	34,8	339,7
Завтрак 2					
Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2	100			11,2	69
Обед					
Кукуруза отварная	30	3,4	2	4,8	40,5
Суп картофельный с крупой с мясом кур @	150	1,1	1	8,94	52,9
Котлета Домашняя @	50	6,67	6		142,3
Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,63	3	27,77	160,2
Напиток Ягодка	150	0,16		20,04	82,5
Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед	550	20,24	15	89,34	605,2
Полдник					
Булочка сахарная	50	3,77	4	30,71	124,1
Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник	200	3,77	4	42,71	172
Итого за день	1 205	30,06	32	178,05	1 185,9

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 15.01.2026

Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 174,48

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
972	Омлет натуральный	130	9,61	8	11,07	190,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Завтрак		355	13,1	11	30,82	324,8
Завтрак 2						
701,01	Напиток яблочный @	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	30	0,53	2	1,97	28,1
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур @	150	1,45	1	10,46	60,5
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
512	Рис припущенный	110	2,64	4	27,17	161,6
1 802	Компот из яблок и ягод	150	0,03		2,36	11,5
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		530	13,58	14	74,65	480,4
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
Итого за Полдник		200	2,07	1	34,47	168,9
Итого за день		1 185	28,8	26	153,14	1 027,9

асовано:

Введенский
7 01 2026

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева



16.01.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 174,48

№	Наименование блюда	Выход г	Белка г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	130	4,68	5	21,84	156
	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
	Итого за Завтрак	360	5,99	11	49,68	343,4
Завтрак 2						
03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед						
7	Маринад овощной	30	0,39	2	2,48	38,4
05	Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	150	2,27	4	10,41	88,5
00	Плов с мясом птицы @	160	10,06	9	30,99	247,6
5	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5
7	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
18	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	530	16,97	17	90,96	579,6
Полдник						
05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5
8	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
	Итого за Полдник	210	6,21	6	52,39	304,4
	Итого за день	1 200	29,57	34	202,83	1 274,4