

Совано:

утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

02.02.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦкал
Завтрак						
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	410	10,72	10	54,06	366,9
Завтрак 2						
	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	64,3
Обед						
	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	50	0,88	3	4,97	47,1
	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	180	4	4	11,34	113,8
	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	650	22,9	20	93,61	674,3
Полдник						
	Булочка российская	50	3,77	4	30,71	124,1
	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
	Итого за Полдник	250	9,57	9	38,71	230,1
	Итого за день	1 410	43,53	39	200,19	1 335,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

03.02.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦкал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5	23	161,5
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
919	Какао с молоком	200	5,65	7	20,08	190
	Итого за Завтрак	400	11,74	18	55,76	459,1
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	69
Обед						
839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	50	0,57	2	4,57	35,7
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	200	1,65	5	8,08	84,3
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,13	4	2,52	92,6
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
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	700	22,63	18	104,6	641,1
Полдник						
1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
	Итого за Полдник	250	2	15	42,43	331
	Итого за день	1 450	36,37	51	213,99	1 500,2

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 04.02.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак					
Суп молочный с крупой	180	4,43	6	15,37	130,1
Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Чай с лимоном @	200	0,08		15,16	59,9
Итого за Завтрак	410	8,68	9	40,82	278,7
Завтрак 2					
Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед					
Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	39,7	362,9
Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед	660	28,95	32	97,87	711,3
Полдник					
Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
Итого за Полдник	250	6,85	7	47,57	280,8
Итого за день	1 420	44,88	48	196,06	1 317,8

Согласовано:
 ООО "Комбинат общественного питания"
 О.Ю. Козырева
 05.02.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	5	30,45	176,4
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
	Итого за Завтрак	400	6,08	6	45,28	255,4
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						
1 154.01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	50	0,91	5	14,88	104
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	180	2,07	2	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,42	7	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	1	3,16	194,8
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
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	680	13,98	17	102,55	815,8
Полдник						
1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8	19,21	169,1
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
	Итого за Полдник	300	7,88	8	36,15	237
	Итого за день	1 480	29,99	31	197,18	1 362

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю.Козырева

06.02.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецензуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47	188,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		430	17,63	16	61,87	432
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0,64	3	7,25	59,7
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
255	Биточек из курицы	70	14,65	5	8,57	142,6
999	Капуста тушеная	130	3,42	5	16,21	120,9
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,13	64,8
Итого за Обед		680	25,22	17	93,89	600,6
Полдник						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75	173,3
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		250	10,04	10	38,15	291,3
Итого за день		1 460	53,29	43	203,71	1 370,9