

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

10.03.2026

## Краснотурьинск ясли 1-3 з 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	Эн.квал
<b>Завтрак</b>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,74	3	16,67	106,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>360</b>	<b>4,32</b>	<b>12</b>	<b>34,7</b>	<b>298,4</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1 049	Суп-шоре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Гуляш из мяса свинины @	50	5,99	12	1,81	118,2
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4	35,66	208,7
932,01	Компот из изюма	150	0,35		7,6	79,5
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>520</b>	<b>20,77</b>	<b>23</b>	<b>78,35</b>	<b>612,3</b>
<b>Полдник</b>						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	139,7
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>3,19</b>	<b>2</b>	<b>45,57</b>	<b>187,6</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 180</b>	<b>28,68</b>	<b>37</b>	<b>168,42</b>	<b>1 145,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

11.03.2026

## Краснотурьинск ясли 1-3 з 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	Эн.квал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	130	5,82	6	20,99	127,2
693	Батон	25	1,25	1	10,41	65,2
14 539,27	Чай с сахаром @	200			16	63,8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>355</b>	<b>7,07</b>	<b>7</b>	<b>47</b>	<b>256,2</b>
<b>Завтрак 2</b>						
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,05</b>		<b>13,2</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	30	0,55	3	8,93	62,4
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом кур @	150	1,1	1	8,91	52,9
661	Котлета Домашняя	50	2,78	6	7,99	155
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
932	Компот из кураги	150	0,12		3,39	15,1
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6
	<b>Итого за Обед</b>	<b>550</b>	<b>18,9</b>	<b>16</b>	<b>91,77</b>	<b>577,4</b>
<b>Полдник</b>						
1 478	Суфле из творога	80	2,15	7	8,89	138,9
902	Молоко стуженное	20	1,58	2	9,55	64,2
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>8,9</b>	<b>9</b>	<b>40,11</b>	<b>291,6</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 255</b>	<b>34,92</b>	<b>32</b>	<b>192,08</b>	<b>1 179</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

12.03.2026

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,51	6	18,92	178,5
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854,01	Чай с шиповником	180			10,06	54
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>8,7</b>	<b>9</b>	<b>39,27</b>	<b>321,2</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	30	0,53	2	2,97	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
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
1 802	Компот из яблок и ягод	150	0,03		26,85	89,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>13,33</b>	<b>14</b>	<b>87,73</b>	<b>504,9</b>
<b>Полдник</b>						
1 201	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками	50	6,9	8	5,26	125,7
14 539,27	Чай с сахаром @	150			12	47,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>6,9</b>	<b>8</b>	<b>17,26</b>	<b>173,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 190</b>	<b>29,33</b>	<b>31</b>	<b>154,06</b>	<b>1 046,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

13.03.2026

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,4	5	23,53	180
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
483	Чай с лимоном	180	0,08		13,64	71,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>6,7</b>	<b>11</b>	<b>49,85</b>	<b>359,4</b>
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>64,3</b>
<b>Обед</b>						
817	Маринад овощной	30	0,29	2	2,48	38,4
1 021,05	Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур @	150	2,27	4	10,41	88,5
1 020	Плов с мясом птицы @	160	10,06	9	30,99	247,6
925	Напиток апельсиновый или мандариновый	150	0,1		15,18	61,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>16,56</b>	<b>17</b>	<b>85,42</b>	<b>544,8</b>
<b>Полдник</b>						
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,13</b>	<b>11</b>	<b>37,98</b>	<b>287</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 190</b>	<b>31,73</b>	<b>39</b>	<b>187,06</b>	<b>1 255,5</b>