

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.03.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89	120,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
	Итого за Завтрак	400	4,69	13	43,05	322,5
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	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-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	16	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	31	93,69	762,8
Полдник						
938	Ватрушка с повидлом	60	3,83	3	40,28	167,7
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
	Итого за Полдник	260	9,63	8	48,28	273,7
	Итого за день	1 405	40,61	52	194,82	1 406

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

24.03.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 139	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	170	10,2	8	22,47	180,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
	Итого за Завтрак	400	19,29	16	52,84	459,4
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	69
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	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	25	2,13	1	12,13	64,8
	Итого за Обед	660	19,35	24	93,92	643,3
Полдник						
775,01	Булочка сахарная	50	3,77	4	30,71	124,1
14 539,27	Чай с сахаром @	200			16	63,8
	Итого за Полдник	250	3,77	4	46,71	187,9
	Итого за день	1 410	42,41	44	204,67	1 359,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

25.03.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,06	8	28,52	176,1
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
14 539,27	Чай с сахаром @	200			16	63,8
	Итого за Завтрак	400	9,06	9	52,85	292,1
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
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом кур @	180	1,31	2	10,73	63,4
661	Котлета Домашняя	70	10,89	9	11,19	217
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
932	Компот из кураги	180	0,14		4,07	18,2
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6
	Итого за Обед	670	23,45	23	108,44	723,7
Полдник						
1 478	Суфле из творога	100	8,93	8	11,11	173,7
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
	Итого за Полдник	300	10,71	10	46,66	344,1
	Итого за день	1 470	43,27	42	221,15	1 413,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

26.03.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44	202,3
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	9,3	9	42,91	351
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
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 @	180	1,74	2	12,55	72,6
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9	154,2
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		32,22	107,8
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	17,4	18	108,68	644,6
Полдник						
1 201	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками	60	8,28	10	6,31	150,8
14 539,27	Чай с сахаром @	200			16	63,8
	Итого за Полдник	260	8,28	10	22,31	214,6
	Итого за день	1 420	35,38	37	183,7	1 257,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

27.03.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦккал
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180	6,48	6	28,24	216
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	410	7,76	12	56,08	383,5
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	64,3
<u>Обед</u>						
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
925	Напиток апельсиновый или мандариновый	180	0,12		18,21	74
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	19,46	21	102,66	658,5
<u>Полдник</u>						
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
	Итого за Полдник	250	10,51	14	51,76	383,8
	Итого за день	1 400	38,07	47	224,31	1 490,1