

Согласовано:



ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

О.Ю.Козырева



01.04.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	180	4,43	6	15,37	130,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
	Итого за Завтрак	410	8,68	9	40,82	278,7
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
Обед						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,11	5	13,96	142,1
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	29,7	362,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
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	29,05	32	117,41	809
Полдник						
1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
916	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	44,98	48	215,6	1 415,5

Согласовано:



ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

О.Ю.Козырева



02.04.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	8	27,46	176,4
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
14 539,27	Чай с сахаром @	200			16	63,8
	Итого за Завтрак	400	5,88	9	51,79	292,4
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						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0,64	5	7,25	59,7
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	180	2,07	7	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	3	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	15,71	24	94,92	771,5
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	29,52	41	196,06	1 354,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Козырева

03.04.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	50	1,22	5	7,22	102,2
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	180	0,14		15,36	63,4
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	25,79	19	92,16	636,1
<u>Полдник</u>						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	Итого за Полдник	250	10,04	10	38,15	291,3
	Итого за день	1 440	53,86	45	201,98	1 406,4