

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

12.05.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	-------

Завтрак

883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	6	23,84	182
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4	57,5
Итого за Завтрак		360	9,58	9	48,53	328,2

Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47	97

Обед

818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	30	0,53	2	2,98	28,3
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	150	3,33	5	9,45	94,8
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	6	5,25	119,6
1 032	Каша гречневая вязкая.	110	2,96	3	18,7	125,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,08		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		530	18,3	18	72,69	549

Полдник

775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71	124,1
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
Итого за Полдник		200	8,12	8	36,71	203,6
Итого за день		1 190	36,4	35	184,4	1 177,8

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

13.05.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	-------

Завтрак

101	Суп молочный с крупой	150	3,69	5	12,81	108,4
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		380	7,94	8	38,26	257

Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47	97

Обед

814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,59	5	11,63	118,4
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	10,04	13	22,88	275,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	150	0,03		26,85	89,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		560	22,3	25	88,33	650,5

Полдник

1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
Итого за Полдник		220	6,82	7	43,24	263,1
Итого за день		1 260	37,46	40	196,3	1 267,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

14.05.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,07	7	22,88	147
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
854	Чай с молоком	170	1,16	1	13,6	74,8
	Итого за Завтрак	340	6,23	9	44,81	274
Завтрак 2						
701	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	30	0,39	3	4,35	35,8
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	150	1,73	6	14,19	82
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
518	Картофель отварной	110	0,33	3	2,67	157,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	118,6
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	580	12,06	19	72,16	610,6
Полдник						
1 809	Лапшевник с творогом	70	5,51	6	13,44	118,4
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
	Итого за Полдник	240	5,52	6	27,98	176,7
	Итого за день	1 260	23,86	34	158,15	1 115,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

15.05.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	6	18,71	143,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05	82,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8
	Итого за Завтрак	360	15,83	14	42,16	371,4
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		26,47	97
Обед						
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	30	0,73	3	4,33	61,3
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	1,29	2	9,87	59,3
255	Биточек из курицы	50	10,47	4	6,12	101,9
999	Капуста тушеная	110	2,9	4	27,47	102,3
917,02	Компот из ягод	150	0,11		12,8	52,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	530	19,34	15	78,99	484,2
Полдник						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
	Итого за Полдник	200	8,59	9	35,8	261,3
	Итого за день	1 190	44,16	38	183,42	1 213,9