



Согласовано:  Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю. Козырева



12.05.2026

**Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 188	Чай с сахаром, 200	200			16	63,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>10,66</b>	<b>10</b>	<b>54,9</b>	<b>370,8</b>
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>26,47</b>	<b>97</b>
<u>Обед</u>						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	50	0,88	4	4,97	47,1
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	180	4	6	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	9	7,35	167,4
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>22,9</b>	<b>25</b>	<b>85,65</b>	<b>672,3</b>
<u>Полдник</u>						
775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71	124,1
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>9,57</b>	<b>9</b>	<b>38,71</b>	<b>230,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 410</b>	<b>43,53</b>	<b>44</b>	<b>205,73</b>	<b>1 370,2</b>

Согласовано:  Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 О.Ю. Козырева



13.05.2026

**Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦккал
<u>Завтрак</u>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>8,68</b>	<b>9</b>	<b>40,82</b>	<b>278,7</b>
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>26,47</b>	<b>97</b>
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшеничной)	180	9,11	5	13,96	142,1
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	12,05	15	27,45	330,4
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	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>26,8</b>	<b>27</b>	<b>105,21</b>	<b>774</b>
<u>Полдник</u>						
1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>6,85</b>	<b>7</b>	<b>47,57</b>	<b>280,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>42,73</b>	<b>43</b>	<b>220,07</b>	<b>1 430,5</b>

