

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

01.06.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
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	78
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4	57,5
	Итого за Завтрак	360	4,32	12	39,23	242
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		26,47	97
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	77,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Гуляш из мяса свинины @	50	5,59	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
	Итого за Обед	520	20,77	23	78,35	604,8
Полдник						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	139,7
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
	Итого за Полдник	200	7,54	6	39,57	219,2
	Итого за день	1 180	33,03	41	183,62	1 163

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

02.06.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 139	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	150	9	7	19,83	159,4
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
	Итого за Завтрак	375	17,39	15	48,48	423,3
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	69
Обед						
520	Икра овощная свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	150	1,59	4	11,26	89,2
1 076	Печень по-строгановски	50	6,3	7	1,3	90
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
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	14,79	19	68,16	503,2
Полдник						
775,01	Булочка сахарная	45	3,39	4	27,64	111,7
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4	57,5
	Итого за Полдник	225	3,39	4	42,04	169,2
	Итого за день	1 230	35,57	38	169,88	1 164,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

03.06.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	130	5,82	6	20,59	127,2
693	Батон	25	1,25	1	10,41	65,2
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	63,8
	Итого за Завтрак	355	7,07	7	47	256,2
<u>Завтрак 2</u>						
701,01	Напиток яблочный	100	0,05		13,2	53,8
	Итого за Завтрак 2	100	0,05		13,2	53,8
<u>Обед</u>						
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	8,94	52,9
661	Котлета Домашняя	50	7,78	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	17,4	109,6
	Итого за Обед	550	18,9	16	75,85	573,4
<u>Полдник</u>						
1 478	Суфле из творога	80	7,15	7	8,89	138,9
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	10,88	64,2
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
	Итого за Полдник	250	8,9	9	41,44	291,6
	Итого за день	1 255	34,92	32	177,49	1 175

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

04.06.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
	Итого за Завтрак	360	8,7	9	39,27	321,2
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		26,47	97
<u>Обед</u>						
1 029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	30	0,51	2	2,82	32
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	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	530	13,31	14	79,62	506,8
<u>Полдник</u>						
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
	Итого за Полдник	200	6,9	8	17,26	173,6
	Итого за день	1 190	29,31	31	162,62	1 098,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

05.06.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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, 200	180	0,08		13,64	71,8
	Итого за Завтрак	360	6,7	11	49,85	359,4
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	59,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	59,3
<u>Обед</u>						
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	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
	Итого за Обед	530	16,56	17	77,46	542,8
<u>Полдник</u>						
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
	Итого за Полдник	200	8,13	11	37,98	287
	Итого за день	1 190	31,73	39	179,1	1 248,5