

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

03.08.2026

Красноурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	5,82	23,84	182
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3,38	10,29	88,7
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
	Итого за Завтрак	360	9,58	9,2	48,53	328,1
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	26,47	97
	Итого за Завтрак 2	100	0,4	0,4	26,47	97
Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	30	0,53	2,4	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	6,43	5,25	119,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4,36	35,66	208,7
912	Компот из свежих яблок	150	0,08	0,12	17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,7	51,8
	Итого за Обед	530	22,18	19,87	89,65	632,3
Полдник						
775	Булочка российская	50	3,77	4,28	30,71	124,1
935,01	Йогурт питьевой	150	3,01	2,1	5,28	52,4
	Итого за Полдник	200	6,78	6,38	35,99	176,5
	Итого за день	1 190	38,94	35,85	200,64	1 233,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

04.08.2026

Красноурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	4,32	5,12	22,87	155,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
919	Какао с молоком	180	4,41	4,5	18,07	171
	Итого за Завтрак	360	10,31	18,62	49,1	404,4
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	69
Обед						
14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	30	0,37	3,03	3,87	44,4
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	150	1,24	3,73	6,06	63,2
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	50	8,67	4,44	1,8	86,7
512	Рис припущенный	110	2,64	2,93	27,17	161,6
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	0,07	18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,7	51,8
	Итого за Обед	530	17,02	15,76	75,57	538,8
Полдник						
1 141,09	Печенье детское @	50	3,75	4,9	28,33	203,5
854,01	Чай с шиповником	150			8,38	45
	Итого за Полдник	200	3,75	4,9	36,71	248,5
	Итого за день	1 190	31,08	39,28	172,58	1 260,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

05.08.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ репертуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	150	3,69	4,62	12,81	108,4
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3,38	10,29	88,7
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
Итого за Завтрак		380	7,94	8,01	38,26	257
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	26,47	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	26,47	97
Обед						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	2,89	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,59	4,51	11,63	118,4
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	10,04	12,89	22,88	275,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2,09	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	150	0,03	0,02	26,85	89,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		560	22,3	23,96	88,33	650,5
Полдник						
1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	6,78	21,57	174,6
916	Кисель из ягод	150	0,17	0,05	21,67	88,5
Итого за Полдник		220	6,82	6,83	43,24	263,1
Итого за день		1 260	37,46	39,2	196,3	1 267,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

06.08.2026

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ репертуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,07	6,67	22,88	147
693	Батон	20	1	0,58	8,33	52,2
854	Чай с молоком	170	1,16	0,94	13,6	74,8
Итого за Завтрак		340	6,23	8,19	44,81	274
Завтрак 2						
701	Напиток яблочный*	100	0,05	0,05	13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05	0,05	13,2	53,8
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24	0,03	0,84	4,5
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур_@	150	1,73	5,83	14,19	82
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	4,96	4,93	110,1
518	Картофель отварной	110	0,33	2,54	2,67	157,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	27,62	118,6
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		580	11,91	15,2	68,65	579,3
Полдник						
1 809	Лапшевник с творогом	70	5,51	5,74	13,44	118,4
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		240	5,52	5,74	27,98	176,7
Итого за день		1 260	23,71	29,18	154,64	1 083,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

07.08.2026

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>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	5,68	18,71	143,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	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	2,18	10,05	66,8
	Итого за Завтрак	360	15,83	14,21	42,16	371,4
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	26,47	97
	Итого за Завтрак 2	100	0,4	0,4	26,47	97
<u>Обед</u>						
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	1,61	9,87	59,3
255	Биточек из курицы	50	10,47	3,73	6,12	101,9
999	Капуста тушеная	110	2,9	3,94	27,47	102,3
917,02	Компот из ягод	150	0,11	0,05	12,8	52,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,7	51,8
	Итого за Обед	530	19,34	13,89	78,99	484,2
<u>Полдник</u>						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4,38	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
	Итого за Полдник	200	8,59	9,18	35,8	261,3
	Итого за день	1 190	44,16	37,68	183,42	1 213,9