

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

© Ю.Козырева



15.10.2025

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ пеналтуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	6,09	7	36,37	229,7
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		400	10,34	10	61,82	378,3

Завтрак 2

976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47

Обед

835	Помидоры порционно	50	0,55		1,95	12
181	Уха с крупой (перловой, пшеничной)	180	9,01	5	13,33	138,4
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	39,7	362,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		660	29,04	29	85,15	683,5

Полдник

1 190,03	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		260	5,7	6	29,46	209,6
Итого за день		1 420	45,48	45	186,23	1 318,4