

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



27.10.2025

### Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,06	6	28,52	203,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		405	6,38	14	46,29	378
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,34		13,81	64,3
<b>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	4	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	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	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		650	22,62	24	86,38	675,7
<b>Полдник</b>						
1 141,07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
914,02	Снежок	200	5,8	6	8	118
<b>Итого за Полдник</b>		250	9,18	10	31,75	303
<b>Итого за день</b>		1 405	38,52	48	178,23	1 421

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



28.10.2025

### Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
<b>Итого за Завтрак</b>		400	7,61	12	58,8	391,4
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b>Обед</b>						
817	Маринад овощной	50	0,48	3	4,14	64
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	180	1,49	4	7,28	75,9
893,01	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	22,74	260
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		675	19,92	21	81,6	624,4
<b>Полдник</b>						
1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
828	Чай с сахаром_@	250			13,71	74,8
<b>Итого за Полдник</b>		300	2	15	44,96	345,8
<b>Итого за день</b>		1 475	29,53	48	196,56	1 409,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



29.10.2025

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>10,34</b>	<b>10</b>	<b>61,82</b>	<b>378,3</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>						
835	Помидоры порционно	50	0,55		1,95	12
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>29,04</b>	<b>29</b>	<b>85,15</b>	<b>683,5</b>
<b>Полдник</b>						
1 190,03	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>260</b>	<b>5,7</b>	<b>6</b>	<b>29,46</b>	<b>209,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>45,48</b>	<b>45</b>	<b>186,23</b>	<b>1 318,4</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



30.10.2025

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44	170,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>8,05</b>	<b>16</b>	<b>45,6</b>	<b>396,3</b>
<b>Завтрак 2</b>						
925	Напиток апельсиновый или	100	0,07		10,12	41,1
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,07</b>		<b>10,12</b>	<b>41,1</b>
<b>Обед</b>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом. Зловые	50	0,75	3	4,56	44,5
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур_@	200	2,3	3	18,92	109,3
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	1	3,16	194,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>690</b>	<b>14,75</b>	<b>16</b>	<b>78,3</b>	<b>713,1</b>
<b>Полдник</b>						
1 809	Лапшевник с творогом	70	5,51	6	13,44	118,4
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
<b>Итого за Полдник</b>		<b>270</b>	<b>5,72</b>	<b>6</b>	<b>41,98</b>	<b>235</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 460</b>	<b>28,59</b>	<b>38</b>	<b>176</b>	<b>1 385,5</b>

Согласовано:

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



31.10.2025

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47	188,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
Итого за Завтрак		450	17,93	16	54,27	440,9
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		695	24,27	19	97,24	657,8
<b>Полдник</b>						
767	Булочка ванильная	70	5,93	6	40,25	239,8
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Полдник		250	5,93	6	50,12	293,7
Итого за день		1 495	48,13	41	212,83	1 439,9

Согласовано:

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

01.11.2025

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 153	Суп молочный с макаронными	170	3,11	4	18,89	120,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
483	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8
Итого за Завтрак		400	4,78	13	42,21	338,5
<b>Завтрак 2</b>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<b>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	165,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
932,01	Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		640	25,46	35	91,26	749,8
<b>Полдник</b>						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	164,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		250	3,19	2	44,54	224,6
Итого за день		1 390	33,83	50	187,81	1 359,9