

Согласовано:

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



27.10.2025

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

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

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидккая 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>	<b>405</b>	<b>6,38</b>	<b>14</b>	<b>46,29</b>	<b>378</b>

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>64,3</b>

Обед

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>	<b>650</b>	<b>22,62</b>	<b>24</b>	<b>86,38</b>	<b>675,7</b>

Полдник

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>	<b>250</b>	<b>9,18</b>	<b>10</b>	<b>31,75</b>	<b>303</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 405</b>	<b>38,52</b>	<b>48</b>	<b>178,23</b>	<b>1 421</b>

Согласовано:

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



28.10.2025

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

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

Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидккая	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>	<b>400</b>	<b>7,61</b>	<b>12</b>	<b>58,8</b>	<b>391,4</b>

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>

Обед

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>	<b>675</b>	<b>19,92</b>	<b>21</b>	<b>81,6</b>	<b>624,4</b>

Полдник

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
828	Чай с сахаром @	250			13,71	74,8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>44,96</b>	<b>345,8</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 475</b>	<b>29,53</b>	<b>48</b>	<b>196,56</b>	<b>1 409,1</b>

Согласовано:

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



29.10.2025

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

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

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидккая 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>	400	10,34	10	61,82	378,3

Завтрак 2

976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	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
	<b>Итого за Обед</b>	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
	<b>Итого за Полдник</b>	260	5,7	6	29,46	209,6
	<b>Итого за день</b>	1 420	45,48	45	186,23	1 318,4

Согласовано:

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



30.10.2025

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

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

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидккая 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>	400	8,05	16	45,6	396,3

Завтрак 2

925	Напиток апельсиновый или	100	0,07		10,12	41,1
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	100	0,07		10,12	41,1

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом. Злоровье	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>	690	14,75	16	78,3	713,1

Полдник

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>	270	5,72	6	41,98	235
	<b>Итого за день</b>	1 460	28,59	38	176	1 385,5

Согласовано:

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



31.10.2025

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

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

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидккая 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
<b>Итого за Завтрак</b>		450	17,93	16	54,27	440,9

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5

Обед

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
<b>Итого за Обед</b>		695	24,27	19	97,24	657,8

Полдник

767	Булочка ванильная	70	5,93	6	40,25	239,8
828	Чай с сахаром @_	180			9,87	53,9
<b>Итого за Полдник</b>		250	5,93	6	50,12	293,7
<b>Итого за день</b>		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**

№ пенсионеру	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- лы 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
<b>Итого за Завтрак</b>		400	4,78	13	42,21	338,5

Завтрак 2

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

Обед

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
<b>Итого за Обед</b>		640	25,46	35	91,26	749,8

Полдник

938	Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	164,7
828	Чай с сахаром @_	200			10,97	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		250	3,19	2	44,54	224,6
<b>Итого за день</b>		1 390	33,83	50	187,81	1 359,9