

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



19.01.2026

Красногурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	130	3,65	4	20,59	127,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		355	4,97	12	38,36	302,1
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3
Обед						
819,02	Горошек зеленый отварной	30	0,89	2	11,87	25
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	150	3,33	3	9,45	94,8
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	5	5,25	119,6
1 032	Каша гречневая вязкая.	110	2,96	3	18,7	125,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,08		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		530	18,66	15	89,54	547,7
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
Итого за Полдник		200	6,25	5	18,8	159,9
Итого за день		1 185	30,22	32	160,51	1 074

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



20.01.2026

Красногурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	130	4,88	5	26,72	171,1
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
14 539,27	Чай с сахаром @	200	0,2		6,5	26,8
Итого за Завтрак		360	6,3	11	45,9	305,5
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
Обед						
839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	30	0,34	1	2,74	21,4
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	150	1,24	4	6,06	63,2
893,01	Жаркое по-домашнему	160	10,58	10	18,2	208
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		530	16,26	17	71,63	477,5
Полдник						
1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
854,01	Чай с шиповником	150			8,38	45
Итого за Полдник		200	2	15	39,63	316
Итого за день		1 190	24,56	43	168,36	1 168