

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



02.03.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
14 539,27	Чай с сахаром_ @	200			16	63,8
Итого за Завтрак		410	10,66	10	54,9	370,8
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	50	0,88	4	4,97	47,1
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	6	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	9	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	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	22,9	25	93,61	674,3
Полдник						
775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71	124,1
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		250	9,57	9	38,71	230,1
Итого за день		1 410	43,53	44	197,02	1 322,2

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



03.03.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5	23	161,5
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
Итого за Завтрак		400	10,99	16	55,76	459,1
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	50	0,57	2	4,57	35,7
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	200	1,65	5	8,08	84,3
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,13	4	2,52	92,6
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		700	22,63	18	104,6	641,1
Полдник						
1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Полдник		250	2	15	42,43	331
Итого за день		1 450	35,62	49	213,99	1 500,2

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



04.03.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	180	4,43	6	15,37	130,1
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		410	8,68	9	40,82	278,7
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	29,7	362,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		32,22	107,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		660	28,95	32	116,78	805,3
Полдник						
1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
Итого за Полдник		250	6,85	7	47,57	280,8
Итого за день		1 420	44,88	48	214,97	1 411,8

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



05.03.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	8	27,46	176,4
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
14 539,27	Чай с сахаром_@	200			16	63,8
Итого за Завтрак		400	5,88	9	51,79	292,4
Завтрак 2						
701,01	Напиток яблочный_@	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
Обед						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0,64	5	7,25	59,7
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур_@	180	2,07	7	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	3	3,16	194,8
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		680	15,71	24	94,92	771,5
Полдник						
1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8	19,21	169,1
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		300	7,88	8	36,15	237
Итого за день		1 480	29,52	41	196,06	1 354,7

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



06.03.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№	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	170	5,72	7	24,47	188,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		430	17,63	16	61,87	432
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	50	0,91	5	14,88	104
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
255	Биточек из курицы	70	14,65	5	8,57	142,6
999	Капуста тушеная	130	3,42	5	16,21	120,9
917,02	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		680	25,49	19	101,52	644,9
<u>Полдник</u>						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		250	10,04	10	38,15	291,3
Итого за день		1 460	53,56	45	211,34	1 415,2