

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

2:

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|

Завтрак

| | | | | | |
|-------------------------|--------------------------------------|------------|-------------|-----------|--------------|
| 1 153 | Суп молочный с макаронными изделиями | 170 | 3,11 | 4 | 18,89 |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,58 | 9 | 8,16 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 4,69 | 13 | 43,05 |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---------------------------|---------------|------------|------------|--|------------|
| 976,04 | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | | 9,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 |

Обед

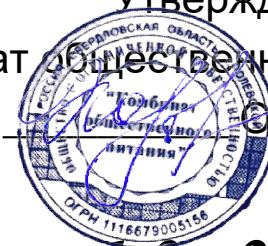
| | | | | | |
|----------------------|-----------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 50 | 0,6 | 7 | 3,7 |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 180 | 5,55 | 2 | 16,26 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины_@ | 70 | 7,82 | 16 | 2,53 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 8,08 | 5 | 42,14 |
| 932,01 | Компот из изюма | 180 | 0,41 | | 9,12 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 |
| Итого за Обед | | 645 | 25,89 | 31 | 93,69 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|-----------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|
| 938 | Ватрушка с повидлом | 60 | 3,83 | 3 | 40,28 |
| 914 | Кисломолочный продукт | 200 | 5,8 | 5 | 8 |
| Итого за Полдник | | 260 | 9,63 | 8 | 48,28 |
| Итого за день | | 1 405 | 40,61 | 52 | 194,82 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

2:

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,5г

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|

Завтрак

| | | | | | |
|-------|--------------------------------------|-----|------|---|-------|
| 1 153 | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 2,74 | 3 | 16,67 |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,58 | 9 | 8,16 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,4 |

3.03.2026

96

| |
|---------|
| ЭЦ ккал |
|---------|

| |
|-------|
| 120,7 |
| 138 |
| 63,8 |
| 322,5 |

| |
|----|
| 47 |
| 47 |

| |
|-------|
| 48,5 |
| 102 |
| 40 |
| 165,4 |
| 246,7 |
| 95,4 |
| 64,8 |
| 762,8 |

| |
|-------|
| 167,7 |
| 106 |
| 273,7 |
| 1 406 |

3.03.2026

8

| |
|---------|
| ЭЦ ккал |
|---------|

| |
|-------|
| 106,5 |
| 138 |
| 57,5 |

| | | | | | |
|---------------------------|-----------------------------------|-------|-------|----|--------|
| Итого за Завтрак | | 360 | 4,32 | 12 | 39,23 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | |
| 976,04 | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | | 9,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 813 | Икра кабачковая пром.производства | 30 | 0,36 | 4 | 2,22 |
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 150 | 4,63 | 2 | 13,55 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины_@ | 50 | 5,59 | 12 | 1,81 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 6,84 | 4 | 35,66 |
| 932,01 | Компот из изюма | 150 | 0,35 | | 7,6 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 |
| Итого за Обед | | 520 | 20,77 | 23 | 78,35 |
| <u>Полдник</u> | | | | | |
| 938 | Ватрушка с повидлом | 50 | 3,19 | 2 | 33,57 |
| 914 | Кисломолочный продукт | 150 | 4,35 | 4 | 6 |
| Итого за Полдник | | 200 | 7,54 | 6 | 39,57 |
| Итого за день | | 1 180 | 33,03 | 41 | 166,95 |

Согласовано: _____

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



2.

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г |
|---------------------------|--|---------|---------|--------|-------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 1 139 | Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом | 170 | 10,2 | 8 | 22,47 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 |
| 919 | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 20,08 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 19,29 | 16 | 52,84 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 520 | Икра овощная свекольная | 50 | 0,69 | 4 | 4,62 |
| 1 030,06 | Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @ | 180 | 1,9 | 5 | 13,51 |
| 1 076 | Печень по-строгановски | 70 | 8,82 | 9 | 1,82 |
| 995 | Пюре картофельное | 130 | 2,82 | 4 | 19,09 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,31 | | 21,92 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,68 | 1 | 20,83 |

| |
|-----|
| 302 |
|-----|

| |
|----|
| 47 |
| 47 |

| |
|-------|
| 29,1 |
| 85 |
| 40 |
| 118,2 |
| 208,7 |
| 79,5 |
| 51,8 |
| 612,3 |

| |
|---------|
| 139,7 |
| 79,5 |
| 219,2 |
| 1 180,5 |

4.03.2026

96

| |
|----------------|
| ЭЦ ккал |
|----------------|

| |
|-------|
| 180,7 |
| 88,7 |
| 190 |
| 459,4 |

| |
|----|
| 69 |
| 69 |

| |
|-------|
| 55,6 |
| 107 |
| 126 |
| 127,4 |
| 91,5 |
| 71 |

| | | | | | |
|----------------------|-------------|-----|-------|----|-------|
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 |
| Итого за Обед | | 660 | 19,35 | 24 | 93,92 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|------------------|-------|-------|----|--------|
| 775,01 | Булочка сахарная | 50 | 3,77 | 4 | 30,71 |
| 14 539,27 | Чай с сахаром_ @ | 200 | | | 16 |
| Итого за Полдник | | 250 | 3,77 | 4 | 46,71 |
| Итого за день | | 1 410 | 42,41 | 44 | 204,67 |

Согласовано: _____

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



2-

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|

Завтрак

| | | | | | |
|-------------------------|--|-----|-------|----|-------|
| 1 139 | Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом | 150 | 9 | 7 | 19,83 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 25 | 3,49 | 3 | 8,57 |
| 919 | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 20,08 |
| Итого за Завтрак | | 375 | 17,39 | 15 | 48,48 |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---------------------------|-----------------|-----|--|--|------|
| 707 | Сок натуральный | 200 | | | 22,4 |
| Итого за Завтрак 2 | | 200 | | | 22,4 |

Обед

| | | | | | |
|----------------------|--|-----|-------|----|-------|
| 520 | Икра овощная свекольная | 30 | 0,41 | 2 | 2,77 |
| 1 030,06 | Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @ | 150 | 1,59 | 4 | 11,26 |
| 1 076 | Печень по-строгановски | 50 | 6,3 | 7 | 1,3 |
| 995 | Пюре картофельное | 110 | 2,39 | 4 | 16,16 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,26 | | 18,27 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 |
| Итого за Обед | | 530 | 14,79 | 19 | 76,12 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|------------------|-------|-------|----|--------|
| 775,01 | Булочка сахарная | 45 | 3,39 | 4 | 27,64 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,4 |
| Итого за Полдник | | 225 | 3,39 | 4 | 42,04 |
| Итого за день | | 1 330 | 35,57 | 38 | 189,04 |

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



| |
|-------|
| 64,8 |
| 643,3 |

| |
|---------|
| 124,1 |
| 63,8 |
| 187,9 |
| 1 359,6 |

1.03.2026

8

| |
|----------------|
| ЭЦ ккал |
|----------------|

| |
|-------|
| 159,4 |
| 73,9 |
| 190 |
| 423,3 |

| |
|-----|
| 138 |
| 138 |

| |
|-------|
| 33,3 |
| 89,2 |
| 90 |
| 107,8 |
| 76,3 |
| 56,8 |
| 51,8 |
| 505,2 |

| |
|---------|
| 111,7 |
| 57,5 |
| 169,2 |
| 1 235,7 |



С.Ю.Козырева

24

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|

Завтрак

| | | | | | |
|-------------------------|---|------------|-------------|----------|--------------|
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 180 | 8,06 | 8 | 28,52 |
| 693 | Батон | 20 | 1 | 1 | 8,33 |
| 14 539,27 | Чай с сахаром_ @ | 200 | | | 16 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 9,06 | 9 | 52,85 |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---------------------------|---------------------|------------|-------------|--|-------------|
| 701,01 | Напиток яблочный_ @ | 100 | 0,05 | | 13,2 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,05 | | 13,2 |

Обед

| | | | | | |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|---------------|
| 1 154,01 | Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка | 50 | 0,91 | 5 | 14,88 |
| 1 665 | Суп картофельный с крупой с мясом | 180 | 1,31 | 2 | 10,73 |
| 661 | Котлета Домашняя | 70 | 10,89 | 9 | 11,19 |
| 905 | Соус молочный (для подачи к блюду) | 20 | 0,42 | 1 | 1,43 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 5,5 | 4 | 32,82 |
| 932 | Компот из кураги | 180 | 0,14 | | 4,07 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 4,28 | 2 | 33,32 |
| Итого за Обед | | 670 | 23,45 | 23 | 108,44 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|
| 1 478 | Суфле из творога | 100 | 8,93 | 8 | 11,11 |
| 902 | Молоко сгущенное | 20 | 1,58 | 2 | 9,55 |
| 916 | Кисель из ягод | 180 | 0,2 | | 26 |
| Итого за Полдник | | 300 | 10,71 | 10 | 46,66 |
| Итого за день | | 1 470 | 43,27 | 42 | 221,15 |

Согласовано: _____

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

24

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|

Завтрак

| | | | | | |
|--------|---|-----|------|---|-------|
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 130 | 5,82 | 6 | 20,59 |
| 693 | Батон | 25 | 1,25 | 1 | 10,41 |

5.03.2026

96

| |
|---------|
| ЭЦ ккал |
|---------|

| |
|-------|
| 176,1 |
| 52,2 |
| 63,8 |
| 292,1 |

| |
|------|
| 53,8 |
| 53,8 |

| |
|-------|
| 104 |
| 63,4 |
| 217 |
| 18,2 |
| 189,3 |
| 18,2 |
| 113,6 |
| 723,7 |

| |
|---------|
| 173,7 |
| 64,2 |
| 106,2 |
| 344,1 |
| 1 413,7 |

5.03.2026

8

| |
|---------|
| ЭЦ ккал |
|---------|

| |
|-------|
| 127,2 |
| 65,2 |

| | | | | | |
|-------------------------|------------------|-----|------|---|----|
| 14 539,27 | Чай с сахаром_ @ | 200 | | | 16 |
| Итого за Завтрак | | 355 | 7,07 | 7 | 47 |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---------------------------|---------------------|-----|------|--|------|
| 701,01 | Напиток яблочный_ @ | 100 | 0,05 | | 13,2 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,05 | | 13,2 |

Обед

| | | | | | |
|----------------------|--|-----|------|----|-------|
| 1 154,01 | Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка | 30 | 0,55 | 3 | 8,93 |
| 1 665 | Суп картофельный с крупой с мясом | 150 | 1,1 | 1 | 8,94 |
| 661 | Котлета Домашняя | 50 | 7,78 | 6 | 7,99 |
| 905 | Соус молочный (для подачи к блюду) | 20 | 0,42 | 1 | 1,43 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,65 | 3 | 27,77 |
| 932 | Компот из кураги | 150 | 0,12 | | 3,39 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 40 | 4,28 | 2 | 33,32 |
| Итого за Обед | | 550 | 18,9 | 16 | 91,77 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|------------------|-------|-------|----|--------|
| 1 478 | Суфле из творога | 80 | 7,15 | 7 | 8,89 |
| 902 | Молоко сгущенное | 20 | 1,58 | 2 | 9,55 |
| 916 | Кисель из ягод | 150 | 0,17 | | 21,67 |
| Итого за Полдник | | 250 | 8,9 | 9 | 40,11 |
| Итого за день | | 1 255 | 34,92 | 32 | 192,08 |

Согласовано: _____

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



21

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|

Завтрак

| | | | | | |
|-------------------------|--|-----|------|---|-------|
| 1 013 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 170 | 5,11 | 6 | 21,44 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 |
| 854,01 | Чай с шиповником | 200 | | | 11,18 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 9,3 | 9 | 42,91 |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---------------------------|---------------|-----|-----|--|-----|
| 976,04 | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | | 9,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 |

Обед

| | | | | | |
|----------|---|-----|------|---|-------|
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 50 | 0,88 | 3 | 4,96 |
| 1 039,02 | Суп с вермишелью и мясом кур_ @ | 180 | 1,74 | 2 | 12,55 |
| 1 197 | Суфле Рыбка (минтай) | 70 | 7,12 | 7 | 6,9 |

| |
|-------|
| 63,8 |
| 256,2 |

| |
|------|
| 53,8 |
| 53,8 |

| |
|-------|
| 62,4 |
| 52,9 |
| 155 |
| 18,2 |
| 160,2 |
| 15,1 |
| 113,6 |
| 577,4 |

| |
|-------|
| 138,9 |
| 64,2 |
| 88,5 |
| 291,6 |
| 1 179 |

5.03.2026

96

| |
|----------------|
| ЭЦ ккал |
|----------------|

| |
|-------|
| 202,3 |
| 88,7 |
| 60 |
| 351 |

| |
|----|
| 47 |
| 47 |

| |
|-------|
| 46,8 |
| 72,6 |
| 154,2 |

| | | | | | |
|----------------------|------------------------|------------|-------------|-----------|---------------|
| 995 | Пюре картофельное | 130 | 2,82 | 4 | 19,09 |
| 1 802 | Компот из яблок и ягод | 180 | 0,03 | | 32,22 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,68 | 1 | 20,83 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 |
| Итого за Обед | | 660 | 17,4 | 18 | 108,68 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|--|--------------|--------------|-----------|--------------|
| 1 201 | Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками | 60 | 8,28 | 10 | 6,31 |
| 14 539,27 | Чай с сахаром_ @ | 200 | | | 16 |
| Итого за Полдник | | 260 | 8,28 | 10 | 22,31 |
| Итого за день | | 1 420 | 35,38 | 37 | 183,7 |

Согласовано: _____

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



20

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|-------------|

Завтрак

| | | | | | |
|-------------------------|---|------------|------------|----------|--------------|
| 1 013 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | 4,51 | 6 | 18,92 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 |
| 854,01 | Чай с шиповником | 180 | | | 10,06 |
| Итого за Завтрак | | 360 | 8,7 | 9 | 39,27 |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---------------------------|---------------|------------|------------|--|------------|
| 976,04 | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | | 9,8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 |

Обед

| | | | | | |
|----------------------|--|------------|--------------|-----------|--------------|
| 818 | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 30 | 0,53 | 2 | 2,97 |
| 1 039,02 | Суп с вермишелью и мясом кур_ @ | 150 | 1,45 | 1 | 10,46 |
| 1 197 | Суфле Рыбка (минтай) | 50 | 5,09 | 5 | 4,93 |
| 995 | Пюре картофельное | 110 | 2,39 | 4 | 16,16 |
| 1 802 | Компот из яблок и ягод | 150 | 0,03 | | 26,85 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 |
| Итого за Обед | | 530 | 13,33 | 14 | 87,73 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|--|------------|------------|----------|--------------|
| 1 201 | Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками | 50 | 6,9 | 8 | 5,26 |
| 14 539,27 | Чай с сахаром_ @ | 150 | | | 12 |
| Итого за Полдник | | 200 | 6,9 | 8 | 17,26 |

| |
|-------|
| 127,4 |
| 107,8 |
| 71 |
| 64,8 |
| 644,6 |

| |
|---------|
| 150,8 |
| 63,8 |
| 214,6 |
| 1 257,2 |

5.03.2026

8

| |
|----------------|
| ЭЦ ккал |
|----------------|

| |
|-------|
| 178,5 |
| 88,7 |
| 54 |
| 321,2 |

| |
|----|
| 47 |
| 47 |

| |
|-------|
| 28,1 |
| 60,5 |
| 110,1 |
| 107,8 |
| 89,8 |
| 56,8 |
| 51,8 |
| 504,9 |

| |
|-------|
| 125,7 |
| 47,9 |
| 173,6 |

| | | | | |
|----------------------|-------|-------|----|--------|
| Итого за день | 1 190 | 29,33 | 31 | 154,06 |
|----------------------|-------|-------|----|--------|

Согласовано: _____

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



2/

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|---------------------------|---|---------|------------|-----------|-----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |
| 823 | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 180 | 6,48 | 6 | 28,24 |
| 815 | Бутерброд с маслом и повидлом | 30 | 1,22 | 6 | 12,68 |
| 686 | Чай с лимоном_@ | 200 | 0,06 | | 15,16 |
| Итого за Завтрак | | 410 | 7,76 | 12 | 56,08 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,34 | | 13,81 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,34 | | 13,81 |
| <u>Обед</u> | | | | | |
| 817 | Маринад овощной | 50 | 0,48 | 3 | 4,14 |
| 1 021,05 | Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @ | 180 | 2,73 | 5 | 12,49 |
| 1 020 | Плов с мясом птицы_@ | 180 | 11,32 | 11 | 34,86 |
| 925 | Напиток апельсиновый или | 180 | 0,12 | | 18,21 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 25 | 2,68 | 1 | 20,83 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 25 | 2,13 | 1 | 12,13 |
| Итого за Обед | | 640 | 19,46 | 21 | 102,66 |
| <u>Полдник</u> | | | | | |
| 769,12 | Булочка домашняя | 70 | 5,29 | 8 | 43,3 |
| 920 | Молоко кипяченое | 180 | 5,22 | 6 | 8,46 |
| Итого за Полдник | | 250 | 10,51 | 14 | 51,76 |
| Итого за день | | 1 400 | 38,07 | 47 | 224,31 |

Согласовано: _____

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



2/

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,5г

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево- ды г |
|-----------------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | |

1 046,7

7.03.2026

96

ЭЦ ккал

216

107,6

59,9

383,5

64,3

64,3

64

106,2

278,5

74

71

64,8

658,5

275,8

108

383,8

1 490,1

7.03.2026

8

ЭЦ ккал

| | | | | | |
|-------------------------|--|------------|------------|-----------|--------------|
| 823 | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 150 | 5,4 | 5 | 23,53 |
| 815 | Бутерброд с маслом и повидлом | 30 | 1,22 | 6 | 12,68 |
| 483 | Чай с лимоном | 180 | 0,08 | | 13,64 |
| Итого за Завтрак | | 360 | 6,7 | 11 | 49,85 |

Завтрак 2

| | | | | | |
|---------------------------|-----------------------------|------------|-------------|--|--------------|
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,34 | | 13,81 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,34 | | 13,81 |

Обед

| | | | | | |
|----------------------|---|------------|--------------|-----------|--------------|
| 817 | Маринад овощной | 30 | 0,29 | 2 | 2,48 |
| 1 021,05 | Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @ | 150 | 2,27 | 4 | 10,41 |
| 1 020 | Плов с мясом птицы_@ | 160 | 10,06 | 9 | 30,99 |
| 925 | Напиток апельсиновый или | 150 | 0,1 | | 15,18 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 16,66 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 |
| Итого за Обед | | 530 | 16,56 | 17 | 85,42 |

Полдник

| | | | | | |
|-------------------------|------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|
| 769,12 | Булочка домашняя | 50 | 3,78 | 6 | 30,93 |
| 920 | Молоко кипяченое | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 |
| Итого за Полдник | | 200 | 8,13 | 11 | 37,98 |
| Итого за день | | 1 190 | 31,73 | 39 | 187,06 |

| |
|-------|
| 180 |
| 107,6 |
| 71,8 |
| 359,4 |

| |
|------|
| 64,3 |
| 64,3 |

| |
|-------|
| 38,4 |
| 88,5 |
| 247,6 |
| 61,7 |
| 56,8 |
| 51,8 |
| 544,8 |

| |
|---------|
| 197 |
| 90 |
| 287 |
| 1 255,5 |