

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



30.03.2026

Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	6	23,84	182
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Завтрак		360	9,58	9	48,53	328,1
<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>						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	30	0,53	2	2,98	28,3
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	150	3,33	5	9,45	94,8
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	6	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	18,3	18	80,65	551
<u>Полдник</u>						
775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71	124,1
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
Итого за Полдник		200	8,12	8	36,71	203,6
Итого за день		1 190	36,4	35	175,69	1 129,7

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



31.03.2026

Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,51	6	18,92	178,5
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
919	Какао с молоком	180	4,41	5	18,07	171
Итого за Завтрак		360	10,14	17	49,67	457,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
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
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	50	8,67	3	1,8	66,1
512	Рис припущенный	110	2,64	4	27,17	161,6
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	16,99	14	82,4	497,2
<u>Полдник</u>						
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	29,13	46	182,9	1 339,3