

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



01.04.2026

## Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
101	Суп молочный с крупой	150	3,69	5	12,81	108,4
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>		<b>380</b>	<b>7,94</b>	<b>8</b>	<b>38,26</b>	<b>257</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b><u>Обед</u></b>						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	4,33	23,9
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,59	5	11,63	118,4
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	160	12,71	18	26,4	322,5
600	Соус сметанный	10	0,17	1	0,68	10,3
1 802	Компот из яблок и ягод	150	0,03		26,85	89,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>24,62</b>	<b>28</b>	<b>96,25</b>	<b>673,5</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 190,03	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>5,87</b>	<b>6</b>	<b>40,16</b>	<b>238,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 230</b>	<b>38,83</b>	<b>42</b>	<b>184,47</b>	<b>1 215,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



02.04.2026

## Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,07	7	22,88	147
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>6,3</b>	<b>9</b>	<b>45,61</b>	<b>278,4</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
701,01	Напиток яблочный	100	0,05		13,2	53,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,05</b>		<b>13,2</b>	<b>53,8</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	30	0,39	3	4,35	35,8
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур_@	150	1,73	6	14,19	82
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1
518	Картофель отварной	110	0,33	3	2,67	164,8
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>580</b>	<b>12,06</b>	<b>19</b>	<b>80,12</b>	<b>629,9</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 809	Лапшевник с творогом	70	5,51	6	13,44	118,4
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>5,52</b>	<b>6</b>	<b>27,98</b>	<b>176,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 270</b>	<b>23,93</b>	<b>34</b>	<b>166,91</b>	<b>1 138,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



03.04.2026

## Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	6	18,71	143,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8
<b>Итого за Завтрак</b>		350	14,76	14	45,77	346
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	47
<b><u>Обед</u></b>						
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	30	0,73	3	4,33	61,3
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	1,29	2	9,87	59,3
255	Биточек из курицы	50	10,47	4	6,12	101,9
999	Капуста тушеная	110	2,9	4	13,72	102,3
917,02	Компот из ягод	150	0,11		12,8	52,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		530	19,34	15	73,2	486,2
<b><u>Полдник</u></b>						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		200	8,59	9	35,8	261,3
<b>Итого за день</b>		1 180	43,09	38	164,57	1 140,5