

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



27.04.2026

## 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>						
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
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4	57,5
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>9,58</b>	<b>9</b>	<b>48,53</b>	<b>328,2</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>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>18,3</b>	<b>18</b>	<b>80,65</b>	<b>551</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71	124,1
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,12</b>	<b>8</b>	<b>36,71</b>	<b>203,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 190</b>	<b>36,4</b>	<b>35</b>	<b>175,69</b>	<b>1 129,8</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



28.04.2026

## 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>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,3	5	20,29	142,5
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>9,93</b>	<b>16</b>	<b>51,04</b>	<b>421,1</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>
<b><u>Обед</u></b>						
14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	30	0,37	3	3,87	44,4
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>17,02</b>	<b>16</b>	<b>83,53</b>	<b>520,2</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
854,01	Чай с шиповником	150			8,38	45
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>39,63</b>	<b>316</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 190</b>	<b>28,95</b>	<b>47</b>	<b>185,4</b>	<b>1 326,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



29.04.2026

## 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	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,59	5	11,63	118,4
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	11,92	17	24,75	302,4
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
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>560</b>	<b>24,18</b>	<b>29</b>	<b>98,16</b>	<b>679,6</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>220</b>	<b>6,82</b>	<b>7</b>	<b>43,24</b>	<b>263,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 260</b>	<b>39,34</b>	<b>44</b>	<b>189,46</b>	<b>1 246,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



30.04.2026

## 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	170	1,16	1	13,6	74,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>340</b>	<b>6,23</b>	<b>9</b>	<b>44,81</b>	<b>274</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
701	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>1 260</b>	<b>23,86</b>	<b>34</b>	<b>166,11</b>	<b>1 134,4</b>