

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



14.09.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ 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	180	6,47	6,99	28,61	218,3
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3,38	10,29	88,7
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	53,8
Итого за Завтрак		410	10,66	10,37	54,9	360,8
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	13,5	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	13,5	97
<u>Обед</u>						
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	7,58	9	7,35	167,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5,16	42,14	246,7
912	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,14	21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	9,7	51,8
Итого за Обед		650	24,48	25,86	105,69	764,4
<u>Полдник</u>						
1 141,09	Печенье детское_@	50	3,75	4,9	28,33	203,5
935,01	Йогурт питьевой	200	4,01	2,8	7,05	69,9
Итого за Полдник		250	7,76	7,7	35,38	273,4
Итого за день		1 410	43,3	44,33	209,47	1 495,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



15.09.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5,49	23	161,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
Итого за Завтрак		400	11,35	19,49	51,24	489,5
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	50	0,61	5,06	6,45	73,9
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	200	1,65	4,98	8,08	84,3
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,13	6,22	2,52	121,3
512	Рис припущенный	130	3,09	4,99	32,71	188,1
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		680	22,6	23,29	94,69	684,4
<u>Полдник</u>						
1 141,09	Печенье детское @	50	3,75	4,9	28,33	203,5
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Полдник		250	3,75	4,9	39,51	263,5
Итого за день		1 430	37,7	47,68	196,64	1 506,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



16.09.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
101	Суп молочный с крупой	180	4,43	5,54	15,37	130,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3,38	10,29	88,7
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,16	59,9
Итого за Завтрак		410	8,68	8,93	40,82	278,7
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	13,5	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	13,5	97
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	2,89	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,11	5,41	13,96	142,1
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	12,05	15,47	27,45	330,4
600	Соус сметанный	20	0,34	2,09	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03	0,02	27	107,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		660	26,8	27,84	99,99	766
<u>Полдник</u>						
1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	6,78	21,57	174,6
916	Кисель из ягод	180	0,2	0,06	26	106,2
Итого за Полдник		250	6,85	6,84	47,57	280,8
Итого за день		1 420	42,73	44,01	201,88	1 422,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



17.09.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	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	7,42	24,47	188,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	72,6
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,61	12,06	80,1
Итого за Завтрак		430	17,63	16,38	49,93	419,4
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	13,5	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	13,5	97
<u>Обед</u>						
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	50	1,22	5	7,22	102,2
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,55	1,93	11,84	71,2
255	Биточек из курицы	70	14,65	5,22	8,57	142,6
999	Капуста тушеная	130	3,42	4,65	32,46	120,9
917,02	Компот из ягод	180	0,14	0,05	15,36	45,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		660	25,79	18,81	98,46	607,6
<u>Полдник</u>						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4,38	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		250	10,04	10,78	38,15	291,3
Итого за день		1 440	53,86	46,37	200,04	1 415,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



18.09.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	8	27,46	176,4
693	Батон	20	1,5	0,58	10,28	62
854	Чай с молоком	200	1,36	1,1	16	88,1
Итого за Завтрак		400	7,74	9,68	53,74	326,5
<u>Завтрак 2</u>						
701	Напиток яблочный*	100	0,05	0,05	13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05	0,05	13,2	53,8
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4	0,05	1,4	7,5
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	6,94	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	3	3,16	186,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	27,62	68,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	60,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		680	15,47	19,23	79,12	640,1
<u>Полдник</u>						
1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8,2	19,21	169,1
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	48,4
Итого за Полдник		300	7,88	8,2	36,15	227,9
Итого за день		1 480	31,14	37,16	182,21	1 248,3