

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



21.07.2025 (понедельник)

**Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,59	6	28,52	185,1
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>5,59</b>	<b>7</b>	<b>47,82</b>	<b>297,2</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,11</b>		<b>13,36</b>	<b>55</b>
<b><u>Обед</u></b>						
811	Горошек зеленый консервированный	50	1,55		3,25	20
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	4	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>23,09</b>	<b>16</b>	<b>84,99</b>	<b>638,8</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 141,07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
914	Кисломолочный продукт	200	1,16	1	1,6	21,2
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>4,54</b>	<b>5</b>	<b>25,35</b>	<b>206,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 400</b>	<b>33,33</b>	<b>28</b>	<b>171,52</b>	<b>1 197,2</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



22.07.2025 (вторник)

**Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>7,71</b>	<b>9</b>	<b>62,01</b>	<b>356,4</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
817	Маринад овощной	50	0,48	3	4,14	64
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	180	1,49	4	7,28	75,9
893,01	Жаркое по-домашнему	200	13,22	24	22,74	362,9
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>18,82</b>	<b>32</b>	<b>75,54</b>	<b>694,5</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 809	Лапшевник с творогом	70	6,48	6	13,44	132,4
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>6,48</b>	<b>6</b>	<b>23,31</b>	<b>186,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 400</b>	<b>33,01</b>	<b>47</b>	<b>172,06</b>	<b>1 284,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



23.07.2025 (среда)

### Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	1,22	1	7,27	45,9
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>		400	5,47	4	32,72	194,5
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,34		12,82	60,3
<b>Обед</b>						
520	Икра овощная свекольная	50	0,69	4	4,62	55,6
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
910	Запеканка картофельная с печенью @	180	14,69	9	31,78	290,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		650	28,08	21	73,85	618,9
<b>Полдник</b>						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		7,28	38,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		275	6,76	5	21,33	181,1
<b>Итого за день</b>		1 425	40,65	30	140,72	1 054,8

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



24.07.2025 (четверг)

### Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	1,64	1	5,45	40,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,42	118,5
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
<b>Итого за Завтрак</b>		400	4,58	10	31,87	247,1
<b>Завтрак 2</b>						
925	Напиток апельсиновый или	100	0,01		1,98	8,1
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,01		1,98	8,1
<b>Обед</b>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	50	0,75	3	4,56	44,5
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	200	2,3	3	18,92	109,3
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	130	18,45	17	12,81	286,4
930,1	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
<b>Итого за Обед</b>		620	25,04	24	82,48	652,5
<b>Полдник</b>						
1 066,01	Сырники @	70	4,9	4	10,67	105,5
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
<b>Итого за Полдник</b>		270	5,11	4	39,21	222,1
<b>Итого за день</b>		1 390	34,74	38	155,54	1 129,8

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
Ю.Козырева



25.07.2025 (пятница)

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ 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	170	7,02	8	35,29	241
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6,35	6	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	6	14,38	152
<b>Итого за Завтрак</b>		450	21,42	21	66,07	556,7
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b><u>Обед</u></b>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
917,02	Компот из ягод	180	0,14		15,36	63,4
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		680	24,04	18	96,79	653,3
<b><u>Полдник</u></b>						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		250	1,9	1	23,77	140,3
<b>Итого за день</b>		1 480	47,36	40	197,83	1 397,8