

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю.Козырева



08.12.2025

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

#### Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидккая с маслом сливочным	180	5,06	5	28,52	176,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
828	Чай с сахаром @_	200			10,97	59,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>405</b>	<b>6,38</b>	<b>13</b>	<b>46,29</b>	<b>351</b>

#### Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>64,3</b>

#### Обед

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	0,1		21,49	89,2
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>650</b>	<b>23,57</b>	<b>17</b>	<b>91,89</b>	<b>647,2</b>

#### Полдник

1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>7,7</b>	<b>6</b>	<b>20,8</b>	<b>186,4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 405</b>	<b>37,99</b>	<b>36</b>	<b>172,79</b>	<b>1 248,9</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю.Козырева



09.12.2025

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

#### Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидккая	170	6,39	6	34,94	223,8
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68	107,6
14 539,27	Чай с сахаром @_	200	0,2		6,5	26,8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>7,81</b>	<b>12</b>	<b>54,12</b>	<b>358,2</b>

#### Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>

#### Обед

839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	50	0,57	2	4,57	35,7
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	12	22,74	260
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>680</b>	<b>20,44</b>	<b>20</b>	<b>91,91</b>	<b>609,1</b>

#### Полдник

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25	271
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>42,43</b>	<b>331</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 430</b>	<b>30,25</b>	<b>47</b>	<b>199,66</b>	<b>1 367,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю.Козырева



10.12.2025

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	---------	--------	-----------------	---------

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	6,09	7	36,37	229,7
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	10,34	10	61,82	378,3

Завтрак 2

976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	100	0,4		9,8	47

Обед

814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшеничной)	180	9,01	5	13,33	138,4
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	39,7	362,9
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
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	<b>Итого за Обед</b>	660	28,95	32	97,87	711,3

Полдник

1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
916	Кисель из ягод	180	0,2		26	106,2
	<b>Итого за Полдник</b>	250	6,85	7	47,57	280,8
	<b>Итого за день</b>	1 410	46,54	49	217,06	1 417,4

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю.Козырева



11.12.2025

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	---------	--------	-----------------	---------

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидккая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44	170,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
	<b>Итого за Завтрак</b>	400	8,05	16	45,6	396,3

Завтрак 2

701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	100	0,05		13,2	53,8

Обед

1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	50	0,91	5	14,88	104
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	200	2,3	3	18,92	109,3
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	1	3,16	194,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
	<b>Итого за Обед</b>	700	15,88	18	101,18	799,8

Полдник

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			16	63,8
	<b>Итого за Полдник</b>	290	5,52	6	31,98	192,6
	<b>Итого за день</b>	1 490	29,5	40	191,96	1 442,5

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
С.Ю.Козырева



12.12.2025

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u><b>Завтрак</b></u>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47	188,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99	85,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89
<b>Итого за Завтрак</b>		450	17,93	16	63,21	440,9
<u><b>Завтрак 2</b></u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	69
<u><b>Обед</b></u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
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	200	0,15		17,06	70,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
<b>Итого за Обед</b>		700	24,9	26	109,42	711,8
<u><b>Полдник</b></u>						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75	171,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		250	4,24	4	39,72	231,2
<b>Итого за день</b>		1 500	47,07	46	223,55	1 452,9