

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                                      | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|---------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                         |              |              |           |                 |              |
| 235,05                    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным         | 130          | 5,82         | 6         | 20,59           | 127,2        |
| 693                       | Батон                                                   | 25           | 1,25         | 1         | 10,41           | 65,2         |
| 14 539,27                 | Чай с сахаром _ @                                       | 200          |              |           | 16              | 63,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                         | <b>355</b>   | <b>7,07</b>  | <b>7</b>  | <b>47</b>       | <b>256,2</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>        |                                                         |              |              |           |                 |              |
| 1 154,01                  | Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка | 30           | 0,55         | 3         | 8,93            | 62,4         |
| 1 665                     | Суп картофельный с крупой с мясом                       | 150          | 1,1          | 1         | 8,94            | 52,9         |
| 661                       | Котлета Домашняя                                        | 50           | 7,78         | 6         | 7,99            | 155          |
| 905                       | Соус молочный (для подачи к блюду)                      | 20           | 0,42         | 1         | 1,43            | 18,2         |
| 516                       | Макаронные изделия отварные с маслом                    | 110          | 4,65         | 3         | 27,77           | 160,2        |
| 932                       | Компот из кураги                                        | 150          | 0,12         |           | 3,39            | 15,1         |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                          | 40           | 4,28         | 2         | 33,32           | 113,6        |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                         | <b>550</b>   | <b>18,9</b>  | <b>16</b> | <b>91,77</b>    | <b>577,4</b> |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                         |              |              |           |                 |              |
| 1 478                     | Суфле из творога                                        | 80           | 7,15         | 7         | 8,89            | 138,9        |
| 902                       | Молоко сгущенное                                        | 20           | 1,58         | 2         | 9,55            | 64,2         |
| 916                       | Кисель из ягод                                          | 150          | 0,17         |           | 21,67           | 88,5         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                         | <b>250</b>   | <b>8,9</b>   | <b>9</b>  | <b>40,11</b>    | <b>291,6</b> |
| <b>Итого за день</b>      |                                                         | <b>1 255</b> | <b>34,92</b> | <b>32</b> | <b>192,08</b>   | <b>1 179</b> |

26.02.2026

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

| № порции                  | Наименование блюда                                             | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                                |         |         |        |            |         |
| 1 013                     | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным              | 150     | 4,51    | 6      | 18,92      | 178,5   |
| 810                       | Бутерброд с сыром                                              | 30      | 4,19    | 3      | 10,29      | 88,7    |
| 854,01                    | Чай с шиповником                                               | 180     |         |        | 10,06      | 54      |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                | 360     | 8,7     | 9      | 39,27      | 321,2   |
| <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>        |                                                                |         |         |        |            |         |
| 818                       | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 30      | 0,53    | 2      | 2,97       | 28,1    |
| 1 039,02                  | Суп с вермишелью и мясом кур @                                 | 150     | 1,45    | 1      | 10,46      | 60,5    |
| 1 197                     | Суфле Рыбка (минтай)                                           | 50      | 5,09    | 5      | 4,93       | 110,1   |
| 995                       | Пюре картофельное                                              | 110     | 2,39    | 4      | 16,16      | 107,8   |
| 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>      |                                                                | 530     | 13,33   | 14     | 87,73      | 504,9   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                                |         |         |        |            |         |
| 1 201                     | Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками                 | 50      | 6,9     | 8      | 5,26       | 125,7   |
| 14 539,27                 | Чай с сахаром @                                                | 150     |         |        | 12         | 47,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                | 200     | 6,9     | 8      | 17,26      | 173,6   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                                | 1 190   | 29,33   | 31     | 154,06     | 1 046,7 |

**27.02.2026**

**Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58**

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                                | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 823                       | Каша гречневая молочная с маслом сливочным        | 150     | 5,4        | 5         | 23,53           | 180     |
| 815                       | Бутерброд с маслом и повидлом                     | 30      | 1,22       | 6         | 12,68           | 107,6   |
| 483                       | Чай с лимоном                                     | 180     | 0,08       |           | 13,64           | 71,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                   | 360     | 6,7        | 11        | 49,85           | 359,4   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                       | 100     | 0,34       |           | 13,81           | 64,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                   | 100     | 0,34       |           | 13,81           | 64,3    |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 817                       | Маринад овощной                                   | 30      | 0,29       | 2         | 2,48            | 38,4    |
| 1 021,05                  | Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @ | 150     | 2,27       | 4         | 10,41           | 88,5    |
| 1 020                     | Плов с мясом птицы @                              | 160     | 10,06      | 9         | 30,99           | 247,6   |
| 925                       | Напиток апельсиновый или мандариновый             | 150     | 0,1        |           | 15,18           | 61,7    |
| 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     | 16,56      | 17        | 85,42           | 544,8   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                   |         |            |           |                 |         |
| 769,12                    | Булочка домашняя                                  | 50      | 3,78       | 6         | 30,93           | 197     |
| 920                       | Молоко кипяченое                                  | 150     | 4,35       | 5         | 7,05            | 90      |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                   | 200     | 8,13       | 11        | 37,98           | 287     |
| <b>Итого за день</b>      |                                                   | 1 190   | 31,73      | 39        | 187,06          | 1 255,5 |