

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

2:

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
1 188	Чай с сахаром, 200	200			16
Итого за Завтрак		410	10,66	10	54,9

Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47

Обед

818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	50	0,88	4	4,97
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	6	11,34
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	9	7,35
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
Итого за Обед		650	22,9	25	85,65

Полдник

775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8
Итого за Полдник		250	9,57	9	38,71
Итого за день		1 410	43,53	44	205,73

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

2:

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					

5.05.2026

96

ЭЦ ккал

218,3
88,7
63,8
370,8

97
97

47,1
113,8
167,4
148,2
89,2
54,8
51,8
672,3

124,1
106
230,1
1 370,2

6.05.2026

96

ЭЦ ккал

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5	23
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08
Итого за Завтрак		400	10,99	16	55,76

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2

Обед

14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	50	0,61	5	6,45
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	200	1,65	5	8,08
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,13	6	2,52
512	Рис припущенный	130	3,12	3	32,11
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		680	22,63	21	94,09

Полдник

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
Итого за Полдник		250	2	15	42,43
Итого за день		1 430	35,62	52	203,48

Согласовано: _____

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



2

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

Завтрак

101	Суп молочный с крупой	180	4,43	6	15,37
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16
Итого за Завтрак		410	8,68	9	40,82

Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47

Обед

814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22
-----	------------------------	----	------	---	------

161,5
107,6
190
459,1

69
69

73,9
84,3
121,3
191
91,5
68,5
64,8
695,3

271
60
331
1 554,4

7.05.2026

96

ЭЦ ккал

130,1
88,7
59,9
278,7

97
97

39,8

181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,11	5	13,96
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	12,05	15	27,45
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		32,22
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		660	26,8	27	105,21

Полдник

1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57
916	Кисель из ягод	180	0,2		26
Итого за Полдник		250	6,85	7	47,57
Итого за день		1 420	42,73	43	220,07

Согласовано: _____

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



28

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

Завтрак

174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	8	27,46
693	Батон	20	1	1	8,33
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16
Итого за Завтрак		400	7,24	10	51,79

Завтрак 2

701	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2

Обед

836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур_@	180	2,07	7	17,03
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9
518	Картофель отварной	130	0,39	3	3,16
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		680	15,47	19	79,12

Полдник

1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8	19,21
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4

142,1
330,4
20,6
107,8
68,5
64,8
774

174,6
106,2
280,8
1 430,5

8.05.2026

96

ЭЦ ккал

176,4
52,2
88,1
316,7

53,8
53,8

7,5
98,4
154,2
186,1
118,6
68,5
64,8
698,1

169,1
10,4
57,5

Итого за Полдник	300	7,88	8	36,15
Итого за день	1 480	30,64	37	180,26

Согласовано: _____

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



2/

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	13,05
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06
Итого за Завтрак		430	17,63	16	49,93

Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47

Обед

1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	50	1,22	5	7,22
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,55	2	11,84
255	Биточек из курицы	70	14,65	5	8,57
999	Капуста тушеная	130	3,42	5	32,46
917,02	Компот из ягод	180	0,14		15,36
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		660	25,79	19	98,46

Полдник

767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4
Итого за Полдник		250	10,04	10	38,15
Итого за день		1 440	53,86	45	213,01

237
1 305,6

9.05.2026

96

ЭЦ ккал

188,2
82,2
78,5
80,1
429

97
97

102,2
71,2
142,6
120,9
63,4
68,5
64,8
633,6

171,3
120
291,3
1 450,9