

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

20

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	6	23,84
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4
Итого за Завтрак		360	9,58	9	48,53

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	30	0,53	2	2,98
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	150	3,33	5	9,45
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	6	5,25
1 032	Каша гречневая вязкая.	110	2,96	3	18,7
912	Компот из свежих яблок	150	0,08		17,91
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
Итого за Обед		530	18,3	18	72,69

Полдник

775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6
Итого за Полдник		200	8,12	8	36,71
Итого за день		1 190	36,4	35	184,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

20

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

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

Завтрак

5.05.2026

8

ЭЦ ккал

182
88,7
57,5
328,2

97
97

28,3
94,8
119,6
125,4
74,3
54,8
51,8
549

124,1
79,5
203,6
1 177,8

6.05.2026

8

ЭЦ ккал

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,3	5	20,29
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68
919	Какао с молоком	180	4,41	5	18,07
Итого за Завтрак		360	9,93	16	51,04

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	30	0,37	3	3,87
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	150	1,24	4	6,06
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	50	8,67	4	1,8
512	Рис припущенный	110	2,64	3	27,17
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
Итого за Обед		530	17,02	16	75,57

Полдник

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25
854,01	Чай с шиповником	150			8,38
Итого за Полдник		200	2	15	39,63
Итого за день		1 190	28,95	47	177,44

Согласовано: _____

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



2/

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

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

Завтрак

101	Суп молочный с крупой	150	3,69	5	12,81
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16
Итого за Завтрак		380	7,94	8	38,26

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
-----	------------------------	----	------	---	------

142,5
107,6
171
421,1

69
69

44,4
63,2
86,7
161,6
76,3
54,8
51,8
538,8

271
45
316
1 344,9

7.05.2026

8

ЭЦ ккал

108,4
88,7
59,9
257

97
97

39,8

181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,59	5	11,63
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	10,04	13	22,88
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35
1 802	Компот из яблок и ягод	150	0,03		26,85
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
Итого за Обед		560	22,3	25	88,33

Полдник

1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67
Итого за Полдник		220	6,82	7	43,24
Итого за день		1 260	37,46	40	196,3

Согласовано: _____

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



28

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

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

Завтрак

174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,07	7	22,88
693	Батон	20	1	1	8,33
854	Чай с молоком	170	1,16	1	13,6
Итого за Завтрак		340	6,23	9	44,81

Завтрак 2

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

Обед

836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур_@	150	1,73	6	14,19
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93
518	Картофель отварной	110	0,33	3	2,67
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
Итого за Обед		580	11,91	16	68,65

Полдник

1 809	Лапшевник с творогом	70	5,51	6	13,44
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12

118,4
275,3
20,6
89,8
54,8
51,8
650,5

174,6
88,5
263,1
1 267,6

8.05.2026

8

ЭЦ ккал

147
52,2
74,8
274

53,8
53,8

4,5
82
110,1
157,5
118,6
54,8
51,8
579,3

118,4
10,4
47,9

Итого за Полдник	240	5,52	6	27,98
Итого за день	1 260	23,71	31	154,64

Согласовано: _____

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



29

Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

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

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	6	18,71
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	150	2,25	2	10,05
Итого за Завтрак		360	15,83	14	42,16

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	30	0,73	3	4,33
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	1,29	2	9,87
255	Биточек из курицы	50	10,47	4	6,12
999	Капуста тушеная	110	2,9	4	27,47
917,02	Компот из ягод	150	0,11		12,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
Итого за Обед		530	19,34	15	78,99

Полдник

767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05
Итого за Полдник		200	8,59	9	35,8
Итого за день		1 190	44,16	38	183,42

176,7
1 083,8

9.05.2026

8

ЭЦ ккал

143,9
82,2
78,5
66,8
371,4

97
97

61,3
59,3
101,9
102,3
52,8
54,8
51,8
484,2

171,3
90
261,3
1 213,9