

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



06.07.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Завтрак		410	10,66	10	54,9	370,8
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47	97
Обед						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	50	0,88	4	4,97	47,1
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	6	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	9	7,35	167,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	27,48	26	105,69	770,8
Полдник						
775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71	124,1
935,01	Йогурт питьевой	200	4,01	3	7,05	69,9
Итого за Полдник		250	7,78	7	37,76	194
Итого за день		1 410	46,32	43	224,82	1 432,6

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



07.07.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5	23	161,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
Итого за Завтрак		400	11,35	19	51,24	429,5
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
Обед						
14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	50	0,61	5	6,45	73,9
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	200	1,65	5	8,08	84,3
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,13	6	2,52	121,3
512	Рис припущенный	130	3,12	3	32,11	191
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		680	22,63	21	94,09	695,3
Полдник						
1 141,09	Печенье детское @	50	3,75	5	28,33	203,5
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Полдник		250	3,75	5	39,51	263,5
Итого за день		1 430	37,73	45	196,04	1 457,3

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



08.07.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	180	4,43	6	15,37	130,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		410	8,68	9	40,82	278,7
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47	97
Обед						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,11	5	13,96	142,1
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	12,05	15	27,45	330,4
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		32,22	107,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		660	26,8	27	105,21	774
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
Итого за Полдник		250	6,85	7	47,57	280,8
Итого за день		1 420	42,73	43	220,07	1 430,5

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



09.07.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	8	27,46	176,4
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		400	7,24	10	51,79	316,7
Завтрак 2						
701	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	180	2,07	7	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	3	3,16	186,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	118,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		680	15,47	19	79,12	698,1
Полдник						
1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8	19,21	169,1
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		300	7,88	8	36,15	236,9
Итого за день		1 480	30,64	37	180,26	1 305,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



10.07.2026

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</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	13,05	82,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		430	17,63	16	49,93	429
<u>Завтрак 2</u>						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		26,47	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4		26,47	97
<u>Обед</u>						
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	50	1,22	5	7,22	102,2
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,55	2	11,84	71,2
255	Биточек из курицы	70	14,65	5	8,57	142,6
999	Капуста тушеная	130	3,42	5	32,46	120,9
917,02	Компот из ягод	180	0,14		15,36	63,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		660	25,79	19	98,46	633,6
<u>Полдник</u>						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		250	10,04	10	38,15	291,3
Итого за день		1 440	53,86	45	213,01	1 450,9