

Согласовано

*Заведующий*  
*М.А. Магурова*

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



24.03.2025 (понедельник)

**Красноурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	5	30,42	206,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		400	7,78	13	61,09	404,5
<u>Завтрак 2</u>						
930	Напиток Ягодка 200	100	0,06		7,42	30,6
Итого за Завтрак 2		100	0,06		7,42	30,6
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1	16,29	97,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
444,01	Плов со свиной	200	14,47	17	39,18	350,8
932,01	Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		640	24,03	26	84,6	684
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
1 604	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101
Итого за Полдник		250	7,7	6	20,8	181,4
Итого за день		1 390	39,57	45	173,91	1 300,5

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

25.03.2025 (вторник)

**Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89	120,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		400	7,3	7	40,15	269,3
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
20	Свекла отварная с маслом растительным	50	0,74	4	5,16	58
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур_@	180	1,9	5	13,51	107
1 076	Печень по-строгановски	70	9,4	7	3,65	116,2
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		650	18,37	24	85,62	652,6
<u>Полдник</u>						
769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	133,8
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
971	Чай ягодный	180	0,09		14,4	54,2
<b>Итого за Полдник</b>		250	7,58	6	23,29	198,9
<b>Итого за день</b>		1 400	33,65	37	158,86	1 167,8

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева



26.03.2025 (среда)

## Красноурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,98	8	23,58	216
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак		405	6,3	15	43,43	359,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
812	Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом	180	1,31	2	10,73	63,4
661,04	Котлета Домашняя @	70	9,33	8		199,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	3	33,55	184,4
930	Напиток Ягодка 200	180	0,11		13,36	55
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		670	21,13	18	83,54	678,4
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	7,43	10	52,25	407
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник		250	7,66	10	81,14	525,1
Итого за день		1 425	35,09	43	219,31	1 610,4

Согласовано:

*Заведующий*  
*Ю.Ю. Козырева*

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева



27.03.2025 (четверг)

**Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972	Омлет натуральный	165	12,2	11	14,05	242,3
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	4	18,54	102,6
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>13,74</b>	<b>15</b>	<b>43,56</b>	<b>404,8</b>
<u>Завтрак 2</u>						
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>
<u>Обед</u>						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	50	0,91	5	14,88	104
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур @	180	1,74	2	12,55	72,6
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03	118,1
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72	115,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>18,22</b>	<b>22</b>	<b>100,99</b>	<b>692,4</b>
<u>Полдник</u>						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>260</b>	<b>7,26</b>	<b>6</b>	<b>29,81</b>	<b>205,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 410</b>	<b>39,27</b>	<b>43</b>	<b>187,56</b>	<b>1 356,9</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

28.03.2025 (пятница)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	7	16,04	204
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
Итого за Завтрак		400	8,6	10	42,33	352,9
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	50	0,48	5	4,14	64
1 021,05	Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур_@	180	2,73	5	12,49	106,2
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
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		650	21,78	33	99,01	762,5
<u>Полдник</u>						
677,08	Слойка с клубникой ®	60	5,02	5	170,48	115,9
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		260	5,02	5	181,45	175,8
Итого за день		1 410	35,8	48	332,59	1 338,2

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева



24.03.2025 (понедельник)

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	130	4,67	4	23,26	157,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		355	6,08	11	52,19	336,2
<u>Завтрак 2</u>						
930	Напиток Ягодка 200	100	0,06		7,42	30,6
Итого за Завтрак 2		100	0,06		7,42	30,6
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
444,01	Плов со свининой	160	11,58	13	31,34	280,7
932,01	Компот из изюма	150	0,35		7,6	79,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		520	19,92	19	71,05	562,3
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
1 604	Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
Итого за Полдник		200	6,25	5	18,8	156,2
Итого за день		1 175	32,31	35	149,46	1 085,3

Согласовано:

*Заведующий*  
*Д.А. Давыдов*

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю.Ю. Козырева



25.03.2025 (вторник)

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

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

### Завтрак

1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	130	2,38	3	14,45	92,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>5,87</b>	<b>6</b>	<b>33,99</b>	<b>226,1</b>

### Завтрак 2

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

### Обед

20	Свекла отварная с маслом растительным	30	0,44	3	3,1	34,8
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	150	1,59	4	11,26	89,2
1 076	Печень по-строгановски	60	8,06	6	3,13	99,6
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>15,96</b>	<b>20</b>	<b>73,59</b>	<b>552,1</b>

### Полдник

769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	133,8
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
971	Чай ягодный	150	0,08		12	45,2
<b>Итого за Полдник</b>		<b>220</b>	<b>7,57</b>	<b>6</b>	<b>20,89</b>	<b>189,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 215</b>	<b>29,8</b>	<b>32</b>	<b>138,27</b>	<b>1 015,1</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



26.03.2025 (среда)

**Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	130	3,6	5	17,03	156
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>4,92</b>	<b>12</b>	<b>36,88</b>	<b>299,4</b>
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<u>Обед</u>						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	2	3,72	34,8
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом	150	1,1	1	8,94	52,9
661,04	Котлета Домашняя @	50	6,67	6		142,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	2	28,39	156
930	Напиток Ягодка 200	150	0,09		11,14	45,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>550</b>	<b>16,97</b>	<b>13</b>	<b>71,88</b>	<b>550,3</b>
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	7,43	10	52,25	407
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>7,6</b>	<b>10</b>	<b>73,92</b>	<b>495,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 205</b>	<b>29,49</b>	<b>35</b>	<b>193,88</b>	<b>1 392,7</b>



Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю. Козырева



27.03.2025 (четверг)

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972	Омлет натуральный	120	8,87	8	10,22	176,2
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		350	10,19	11	37,08	324
<u>Завтрак 2</u>						
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
<u>Обед</u>						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	30	0,55	3	8,93	62,4
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур @	150	1,45	1	10,46	60,5
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	50	6,5	5	2,88	84,4
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
633,02	Компот из яблок и ягод	150	0,23		23,1	96,3
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		530	14,48	16	83,56	557,8
<u>Полдник</u>						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
483	Чай с лимоном	150	0,07		15,2	59,9
Итого за Полдник		230	7,25	6	26,78	194
Итого за день		1 210	31,97	33	160,62	1 129,6

Согласовано:



Утверждаю директор  
 ООО "Комбинат общественного питания"  
 Ю.Козырева



28.03.2025 (пятница)

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	130	3,29	5	12,27	156
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
Итого за Завтрак		355	6,88	8	36,84	290,1
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	30	0,29	3	2,48	38,4
1 021,05	Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур_@	150	2,27	4	10,41	88,5
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	140	11,12	16	30,88	282,2
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		530	17,85	26	82,6	620,4
<u>Полдник</u>						
677,08	Слойка с клубникой ®	60	5,02	5	170,48	115,9
828	Чай с сахаром_@	150			8,23	44,9
Итого за Полдник		210	5,02	5	178,71	160,8
Итого за день		1 195	30,15	39	307,95	1 118,3