

Согласовано:

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



15.01.2024 (понедельник)

**Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41	113,3
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
<b>Итого за Завтрак</b>		400	12,14	16	67,43	527,1
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b><u>Обед</u></b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	4	3,7	48,5
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
444,01	Плов со свиной	150	9,35	18	35,38	338,1
932,01	Компот из изюма	200	0,46		28,13	117,1
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		640	20,43	25	105,87	729,7
<b><u>Полдник</u></b>						
1 192	Пряник (порц.)	60	0,67	5	4,73	65,6
1 604	Кисломолочный напиток	180	5,22	5	7,2	90,9
<b>Итого за Полдник</b>		240	5,89	10	11,93	156,5
<b>Итого за день</b>		1 380	38,46	51	196,43	1 460,8

Согласовано:

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



16.01.2024 (вторник)

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 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	170	3,57	7	22,27	204
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		400	8,57	10	53,65	381,7
<u>Завтрак 2</u>						
925	Напиток апельсиновый или	100	0,1		12,87	52,6
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,1		12,87	52,6
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	47,2
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	200	3,72	2	15,91	101,7
1 076	Печень по-строгановски	120	2,43	8	4,32	305,3
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14	128
912	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		750	14,2	18	91,04	806,6
<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
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		270	13,29	12	18,29	264,7
<b>Итого за день</b>		1 520	36,16	40	175,85	1 505,6

Согласовано:

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



17.01.2024 (среда)

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20	127,8
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	3	21,19	117,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
<b>Итого за Завтрак</b>		400	8,5	11	54,13	381,8
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b><u>Обед</u></b>						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	3,05	39,8
1 665	*Суп картофельный с крупой с мясом кур	180	1,31	2	10,73	63,4
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9	11,19	170,4
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,13	4	31,17	191
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		695	22,08	20	92,81	657,1
<b><u>Полдник</u></b>						
769,05	Булочка домашняя НУ	50	3,78	6	30,93	197
1 604	Кисломолочный напиток	180	5,22	5	7,2	90,9
<b>Итого за Полдник</b>		230	9	11	38,13	287,9
<b>Итого за день</b>		1 425	39,58	42	196,27	1 374,3

Согласовано:

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



18.01.2024 (четверг)

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
972,06	Омлет натуральный НУ	160	16,09	20	2,95	256,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,5	8	16,55	151,1
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		400	18,59	28	34,47	467,3
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	47
<b><u>Обед</u></b>						
5,01	Салат из свеклы отварной	50	0,68	4	3,99	52,3
1 039	Суп с вермишелью	200	1,94	2	13,95	80,7
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	80	10,4	8	4,6	135
996	Пюре картофельное с морковью	130	2,1	3	18,22	106,6
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		700	18,9	18	86,51	590,5
<b><u>Полдник</u></b>						
1 012	Запеканка морковная с творогом	75	1,41	4	9,53	80,7
984	Соус ягодный	15	0,01		1,91	7,8
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
<b>Итого за Полдник</b>		290	1,65	4	40,33	206,6
<b>Итого за день</b>		1 490	39,54	50	171,11	1 311,4

Согласовано:

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



19.01.2024 (пятница)

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	4	22,84	204
810	Бутерброд с сыром	30	5	3	16,41	117,8
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
<b>Итого за Завтрак</b>		400	10,67	9	56,43	409,9
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<b><u>Обед</u></b>						
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	50	0,95	5	4,39	67,9
1 021,05	*Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур	200	3,03	6	13,87	118
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	11,92	17	21,83	302,4
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36	55
897	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
<b>Итого за Обед</b>		650	20,51	31	77,63	689,2
<b><u>Полдник</u></b>						
1 043	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	60	3,9	3	24,54	139,5
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		260	9,7	9	33,94	259,5
<b>Итого за день</b>		1 410	40,88	49	179,2	1 406,1