

Согласовано:

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



15.01.2024 (понедельник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	150	5,64	5	30,83	197,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
Итого за Завтрак		355	10,68	13	59,24	462,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	2	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 свиной	150	9,35	18	35,38	338,1
932,01	Компот из изюма	150	0,35		21,1	87,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		510	17,69	22	88,59	628
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	50	0,56	4	3,94	54,7
1 604	Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
Итого за Полдник		200	4,91	8	9,94	130,5
Итого за день		1 165	33,28	43	168,97	1 268,8

Согласовано:

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



16.01.2024 (вторник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 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	150	3,15	6	19,65	180
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
828	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9
Итого за Завтрак		355	7,32	9	46,8	332,1
<u>Завтрак 2</u>						
925	Напиток апельсиновый или	100	0,1		12,87	52,6
Итого за Завтрак 2		100	0,1		12,87	52,6
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	30	0,53	2	2,97	28,3
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	150	2,79	2	11,93	76,2
1 076	Печень по-строгановски	100	2,02	7	3,6	254,4
995	Пюре картофельное	110	2,42	4	16,2	108,3
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		585	11,63	16	73	654,7
<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*	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		220	11,84	11	15,94	234,7
Итого за день		1 260	30,89	36	148,61	1 274,1

Согласовано:

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



17.01.2024 (среда)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 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	150	2,74	3	16,67	106,5
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	2	15,89	87,9
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
Итого за Завтрак		360	7,51	9	45,5	331,2
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 665	*Суп картофельный с крупой с мясом кур	150	1,1	1	8,94	52,9
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	50	7,78	6	7,99	121,7
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,34	4	26,37	161,6
930	Напиток Ягодка	150	0,09		11,14	45,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		550	17,33	15	75,96	524,4
<u>Полдник</u>						
769,05	Булочка домашняя НУ	50	3,78	6	30,93	197
1 604	Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
Итого за Полдник		200	8,13	10	36,93	272,8
Итого за день		1 210	32,97	34	169,59	1 175,9

Согласовано:

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



18.01.2024 (четверг)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972,06	Омлет натуральный НУ	130	13,08	16	2,4	208,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,56	5	10,34	94,4
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
Итого за Завтрак		355	14,64	21	28,71	366,5
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
5,01	Салат из свеклы отварной	30	0,41	2	2,39	31,4
1 039	Суп с вермишелью	150	1,45	1	10,46	60,5
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	60	7,8	6	3,45	101,2
996	Пюре картофельное с морковью	110	1,77	3	15,41	90,2
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		540	15,1	13	70,59	470,2
<u>Полдник</u>						
1 012	Запеканка морковная с творогом	60	1,13	3	7,62	64,5
984	Соус ягодный	10	0,01		1,27	5,2
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
Итого за Полдник		220	1,31	3	30,56	158,2
Итого за день		1 215	31,45	37	139,66	1 041,9

Согласовано:

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



19.01.2024 (пятница)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 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	150	3,8	3	20,15	180
810	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
Итого за Завтрак		355	9,2	7	49,29	357,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	30	0,57	3	2,64	40,7
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.	120	9,54	13	17,46	241,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
930	Напиток Ягодка	150	0,09		11,14	45,9
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		510	16,13	23	61,26	537,8
<u>Полдник</u>						
1 043	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	50	3,25	2	20,45	116,2
920	Молоко кипяченое*	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	7,6	7	27,5	206,2
Итого за день		1 165	32,93	37	149,25	1 148,9