

Согласовано:

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



05.02.2024 (понедельник)

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> | | | | | | |
| 235,05 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 170 | 6,62 | 6 | 47,56 | 216,1 |
| 3 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 35 | 4,1 | 5 | 10,6 | 101,6 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| Итого за Завтрак | | 405 | 10,72 | 11 | 73,13 | 377,6 |
| <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 | 50 | 0,6 | 4 | 3,7 | 48,5 |
| 1 015,04 | Суп-лапша на курином бульоне с мясом квр | 180 | 4 | 4 | 11,34 | 113,8 |
| 907 | Тефтели мясные с луком | 70 | 9,81 | 10 | 9,69 | 167,4 |
| 1 032 | Каша гречневая вязкая* | 130 | 3,5 | 4 | 18,03 | 148,2 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | | 24,74 | 104,1 |
| 894,01 | Хлеб пшеничный. | 30 | 2,43 | | 14,64 | 72,6 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 30 | 2,55 | 1 | 12,75 | 77,7 |
| Итого за Обед | | 670 | 23,3 | 23 | 94,89 | 732,3 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 1 141 | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,75 | 5 | 37,2 | 203,5 |
| 914 | Кисломолочный продукт | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 106 |
| Итого за Полдник | | 250 | 9,55 | 10 | 45,2 | 309,5 |
| Итого за день | | 1 425 | 43,57 | 44 | 224,42 | 1 466,9 |

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

06.02.2024 (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> | | | | | | |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 170 | 2,64 | 5 | 15,72 | 195,5 |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,88 | 6 | 12,41 | 113,3 |
| 919 | Какао с молоком | 200 | 3,87 | 4 | 20,08 | 190 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 8,39 | 15 | 48,21 | 498,8 |
| <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> | | | | | | |
| 834,01 | Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом | 50 | 0,61 | 5 | 4,79 | 67,4 |
| 124,06 | *Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур | 180 | 1,49 | 4 | 7,28 | 75,9 |
| 893,01 | Жаркое по-домашнему | 180 | 11,9 | 22 | 20,47 | 326,6 |
| 932,01 | Компот из изюма* | 180 | 0,41 | | 25,32 | 105,3 |
| 894,01 | Хлеб пшеничный. | 30 | 2,43 | | 14,64 | 72,6 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 30 | 2,55 | 1 | 12,75 | 77,7 |
| Итого за Обед | | 650 | 19,39 | 32 | 85,25 | 725,5 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 945 | Шарлотка творожная с яблоками | 70 | 9,89 | 7 | 9,74 | 141,4 |
| 904 | Соус молочный (сладкий) | 20 | 0,4 | 1 | 2,69 | 21,7 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 200 | 5,8 | 6 | 9,4 | 120 |
| Итого за Полдник | | 290 | 16,09 | 14 | 21,83 | 283,1 |
| Итого за день | | 1 440 | 44,27 | 61 | 165,09 | 1 554,4 |

Согласовано:

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



07.02.2024 (среда)

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> | | | | | | |
| 853 | Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая | 170 | 6,39 | 6 | 34,94 | 223,8 |
| 810 | Бутерброд с сыром | 30 | 7,5 | 5 | 24,62 | 176,7 |
| 828 | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 13,89 | 11 | 74,53 | 460,4 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 814 | Икра овощная морковная | 50 | 0,46 | 3 | 3,05 | 39,8 |
| 1 017,01 | Суп картофельный с рыбой | 180 | 3,35 | 2 | 14,32 | 91,5 |
| 910 | Запеканка картофельная с печенью* | 150 | 12,24 | 8 | 26,48 | 241,9 |
| 633,02 | Компот из яблок и ягод | 180 | 0,28 | | 27,72 | 115,5 |
| 894,01 | Хлеб пшеничный. | 30 | 2,43 | | 14,64 | 72,6 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 30 | 2,55 | 1 | 12,75 | 77,7 |
| Итого за Обед | | 620 | 21,31 | 14 | 98,96 | 639 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 1 190 | Ватрушка с творогом | 50 | 4,75 | 5 | 15,41 | 124,7 |
| 914 | Кисломолочный продукт | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 106 |
| Итого за Полдник | | 250 | 10,55 | 10 | 23,41 | 230,7 |
| Итого за день | | 1 370 | 45,75 | 35 | 208,1 | 1 377,6 |

Согласовано:

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



08.02.2024 (четверг)

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> | | | | | | |
| 851 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180 | 5,79 | 3 | 28,83 | 214,2 |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,88 | 6 | 12,41 | 113,3 |
| 854 | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 2 | 17,18 | 88,1 |
| Итого за Завтрак | | 410 | 9,03 | 11 | 58,42 | 415,6 |
| <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> | | | | | | |
| 811 | Горошек зеленый консервированный | 50 | 1,55 | | 3,25 | 20 |
| 1 033,01 | *Свекольник со сметаной и мясом кур | 180 | 2,07 | 2 | 17,03 | 98,4 |
| 1 197 | Суфле Рыбка (минтай) | 70 | 8,27 | 9 | 6,42 | 139,2 |
| 959 | Рагу из овощей | 130 | 2,78 | 6 | 18,39 | 136,3 |
| 912 | Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | | 21,49 | 89,2 |
| 894,01 | Хлеб пшеничный. | 25 | 2,03 | | 12,2 | 60,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 660 | 18,97 | 18 | 89,41 | 608,4 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 573 | Голубцы с мясом и рисом | 70 | 0,25 | | | 3,9 |
| 600 | Соус сметанный | 20 | 0,34 | 2 | 1,35 | 20,6 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 200 | 5,8 | 6 | 9,4 | 120 |
| 894,01 | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 |
| Итого за Полдник | | 310 | 8,01 | 8 | 20,51 | 192,9 |
| Итого за день | | 1 480 | 36,11 | 37 | 181,21 | 1 269,5 |

Согласовано:

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



09.02.2024 (пятница)

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> | | | | | | |
| 1 153 | Суп молочный с макаронными изделиями | 170 | 3,11 | 4 | 18,89 | 120,7 |
| 3 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 35 | 4,1 | 5 | 10,6 | 101,6 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 |
| Итого за Завтрак | | 405 | 11,05 | 13 | 43,87 | 374,3 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 029 | Салат из белокочанной капусты с маслом растительным | 50 | 0,85 | 3 | 4,7 | 53,3 |
| 89 | Суп картофельный с мясными фрикадельками* | 180 | 1,55 | 2 | 11,84 | 71,2 |
| 1 067 | Суфле из птицы | 70 | 11,11 | 5 | 9,06 | 121,6 |
| 995 | Пюре картофельное | 130 | 2,85 | 4 | 19,14 | 128 |
| 917,02 | Компот из ягод | 180 | 0,14 | | 17,15 | 70,6 |
| 894,01 | Хлеб пшеничный. | 25 | 2,03 | | 12,2 | 60,5 |
| 1 147 | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 |
| Итого за Обед | | 660 | 20,66 | 15 | 84,72 | 570 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 938 | Ватрушка с повидлом | 50 | 3,15 | 3 | 33,3 | 173,5 |
| 920 | Молоко кипяченое* | 200 | 5,8 | 6 | 9,4 | 120 |
| Итого за Полдник | | 250 | 8,95 | 9 | 42,7 | 293,5 |
| Итого за день | | 1 415 | 40,66 | 37 | 182,49 | 1 285,3 |