

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева
08.04.2024 (поне

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07
Итого за Завтрак		380	11,75	15	65,42
<u>Завтрак 2</u>					
707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2
<u>Обед</u>					
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	4	3,7
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1	16,29
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81
444,01	Плов со свининой	150	9,35	18	35,38
932,01	Компот из изюма	150	0,35		21,1
1 147	Хлеб ржаной.	30	2,55	1	12,75
Итого за Обед		570	19,7	24	97,03
<u>Полдник</u>					
1 192	Пряник (порц.)	50	2,95	2	20,83
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4
Итого за Полдник		250	8,75	8	30,23
Итого за день		1 300	40,2	47	203,88

дельник)

5

ЭЦ ккал

223,8
113,3
171
508,1

47,5
47,5

48,5
97,5
40
338,1
87,8
77,7
689,6

183
120
303
1 548,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



09.04.2024 (в

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	3,15	6	19,65
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33
828	Чай с сахаром*	180			13,47
Итого за Завтрак		360	6,51	8	45,45
<u>Завтрак 2</u>					
925	Напиток апельсиновый или	100	0,1		12,87
Итого за Завтрак 2		100	0,1		12,87
<u>Обед</u>					
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96
1 030,06	*Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур	180	1,9	5	13,51
1 076	Печень по-строгановски	100	2,02	7	3,6
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63
Итого за Обед		690	11,95	20	85,53
<u>Полдник</u>					
769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2
Итого за Полдник		250	12,71	11	16,09
Итого за день		1 400	31,27	39	159,94

торник)

5

ЭЦ ккал

180
84
53,9
317,9

52,6
52,6

47,2
107
254,4
128
89,2
60,5
64,8
751,1

133,8
10,9
95,4
240,1
1 361,7

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

10.04.202

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,74	3	16,67
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,88	6	12,41
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94
Итого за Завтрак		360	8,07	13	42,02
<u>Завтрак 2</u>					
707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2
<u>Обед</u>					
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	3,05
1 665	*Суп картофельный с крупой с мясом кур	180	1,31	2	10,73
661,04	Котлета Домашняя*	70	10,89	9	11,19
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,13	4	31,17
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		670	21,64	20	89,19
<u>Полдник</u>					
769,05	Булочка домашняя НУ	50	3,78	6	30,93
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18
Итого за Полдник		250	5,14	8	48,11
Итого за день		1 380	34,85	41	190,52

4 (среда)

5

ЭЦ ккал

106,5
113,3
136,8
356,6

47,5
47,5

39,8
63,4
217
18,2
191
55
48,4
51,8
684,6

197
88,1
285,1
1 373,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

11.04.2024 (

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
972,06	Омлет натуральный НУ	140	14,08	17	2,58
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	3	18,54
828	Чай с сахаром*	180			13,47
Итого за Завтрак		355	15,62	20	34,59
<u>Завтрак 2</u>					
701,01	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2
<u>Обед</u>					
5,01	Салат из свеклы отварной	40	0,54	3	3,19
1 039,02	*Суп с вермишелью и мясом кур	180	1,74	2	12,55
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03
996	Пюре картофельное с морковью	125	2,02	3	17,52
917,02	Компот из ягод	180	0,14		17,15
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		635	16,86	16	72,7
<u>Полдник</u>					
1 012	Запеканка морковная с творогом	60	1,13	3	7,62
984	Соус ягодный	10	0,01		1,27
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46
Итого за Полдник		250	6,36	9	17,35
Итого за день		1 340	38,89	45	137,84

четверг)

5

ЭЦ ккал

224,3
102,6
53,9
380,8

53,8
53,8

41,8
72,6
118,1
102,5
70,6
48,4
51,8
505,8

64,5
5,2
108
177,7
1 118,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

12.04.2024 (п)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	3,8	6	14,15
810	Бутерброд с сыром	30	3,36	2	12,33
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46
Итого за Завтрак		360	8,39	9	41,94
<u>Завтрак 2</u>					
707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2
<u>Обед</u>					
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	50	0,7		3,65
1 021,05	*Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур	180	2,73	5	12,49
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	11,92	17	21,83
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63
Итого за Обед		630	20,46	25	85,22
<u>Полдник</u>					
1 043	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	60	3,9	3	24,54
828	Чай с сахаром*	180			13,47
Итого за Полдник		240	3,9	3	38,01
Итого за день		1 330	32,75	37	176,37

ятница)

5

ЭЦ ккал

180
84
79,2
343,2

47,5
47,5

18,6
106,2
302,4
20,6
108,6
60,5
64,8
681,7

139,5
53,9
193,4
1 265,8