

дельник)

5

ЭЦ ккал

174,8
88,7
59,9
323,4

47
47

39,8
113,8
167,4
148,2
89,2
48,4
51,8
658,6

132,4
53,9
186,3
1 215,3

торник)

5

ЭЦ ккал

853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	165	6,2	6	33,91
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	4	18,54
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
Итого за Завтрак		400	7,74	10	63,63

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2

Обед

14 519	Салат из белокочанной капусты с	50	1,27	3	4,98
124,06	*Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур	180	1,49	4	7,28
893,01	Жаркое по-домашнему	200	13,22	24	22,74
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		650	19,71	32	78

Полдник

1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17
1 604	Кисломолочный напиток	180	5,22	5	7,2
Итого за Полдник		230	8,97	10	33,37
Итого за день		1 380	36,42	52	186,2

Согласовано: _____

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



02.10.202

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	7,81	9	36,49
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16
Итого за Завтрак		400	12,06	12	61,94

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81
Итого за Завтрак 2		100	0,34		12,81

Обед

835	Помидоры порционно	50	0,55		6,88
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33

217,2
102,6
44,7
364,5

47,5
47,5

53,4
75,9
362,9
104,1
48,4
51,8
696,5

203,5
90,9
294,4
1 402,9

4 (среда)

5

ЭЦ ккал

230,3
88,7
59,9
378,9

60,3
60,3

61,9
138,4

910	Запеканка картофельная с печенью*	180	14,69	9	31,78
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		650	28,19	17	99,32

Полдник

1 217,01	Слойка с начинкой®	65	0,38		12,93
828	Чай с сахаром*	200			14,97
Итого за Полдник		265	0,38		27,9
Итого за день		1 415	40,97	29	201,97

Согласовано: _____

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



03.10.2024 (

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	8,18	7	27,23
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41
854	Чай с молоком	200	1,36	2	20
Итого за Завтрак		400	11,12	17	57,64

Завтрак 2

701,01	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2

Обед

16	Салат из отварного картофеля, св огурцов и моркови с маслом растительным,	50	0,7	5	4,74
1 033,01	*Свекольник со сметаной и мясом кур	180	2,07	2	17,03
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	8,27	9	7,17
995	Пюре картофельное	130	2,87	9	32,22
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7
Итого за Обед		650	17,34	26	95,98

Полдник

1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54

290,3
20,6
115,5
48,4
51,8
726,9

161,2
59,9
221,1
1 387,2

четверг)

5

ЭЦ ккал

202,3
118,5
88,1
408,9

53,8
53,8

70,1
98,4
139,2
199,3
55
48,4
51,8
662,2

158,2
10,4

916	Кисель из ягод	180	0,2		26
Итого за Полдник		270	6,04	7	40,15
Итого за день		1 420	34,55	50	206,97

Согласовано: _____

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



04.10.2024 (п)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38
Итого за Завтрак		400	13,75	14	49,14

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2

Обед

992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	50	0,63	3	9,19
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками*	180	1,55	2	11,84
1 067	Суфле из птицы	70	11,11	5	9,06
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	4	35,5
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43
917,02	Компот из ягод	180	0,14		17,15
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63
Итого за Обед		680	23,62	16	107

Полдник

938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3
828	Чай с сахаром*	200			14,97
Итого за Полдник		250	3,15	3	48,27
Итого за день		1 430	40,52	33	215,61

Согласовано: _____

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



106,2
274,8
1 399,7

ятница)

5

ЭЦ ккал

188,2
88,7
152
428,9

47,5
47,5

66,9
71,2
121,6
184,4
18,2
70,6
60,5
64,8
658,2

173,5
59,9
233,4
1 368



07.10.2024 (поне)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

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

Завтрак

883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	5	30,42
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26
Итого за Завтрак		400	7,78	13	61,09

Завтрак 2

930	Напиток Ягодка	100	0,06		7,42
Итого за Завтрак 2		100	0,06		7,42

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	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	200	12,47	24	47,18
932,01	Компот из изюма	180	0,41		25,32
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		640	22,03	33	108,8

Полдник

1 192	Пряник (порц.)	50	3,15	1	37,8
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8
Итого за Полдник		250	8,95	6	45,8
Итого за день		1 390	38,82	52	223,11

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

08.10.2024 (в)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

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

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	3,57	7	22,27
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
828	Чай с сахаром*	200			14,97
Итого за Завтрак		400	7,76	10	47,53

Завтрак 2

дельник)

5

ЭЦ ккал

206,2
118,5
79,8
404,5

30,6
30,6

48,5
97,5
40
450,8
104,4
51,8
793

167,9
106
273,9
1 502

торник)

5

ЭЦ ккал

204
88,7
59,9
352,6

976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8

Обед

836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		5
1 030,06	*Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур	180	1,9	5	13,51
1 076	Печень по-строгановски	70	9,4	7	3,65
995	Пюре картофельное	130	2,87	9	32,22
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		650	18,03	22	94,13

Полдник

769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34
971	Чай ягодный	180	0,09		14,4
Итого за Полдник		250	7,58	6	23,29
Итого за день		1 400	33,77	38	174,75

Согласовано: _____

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



09.10.202

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
Итого за Завтрак		405	4,61	11	39,85

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2

Обед

812	Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21
1 665	*Суп картофельный с крупой с мясом кур	180	1,31	2	10,73
661,04	Котлета Домашняя*	70	9,92	13	9,04
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	4	35,5

47
47

27,5
107
116,2
199,3
89,2
48,4
51,8
639,4

133,8
10,9
53,9
198,6
1 237,6

4 (среда)

5

ЭЦ ккал

127,8
98,7
44,7
271,2

47,5
47,5

57,9
63,4
199,3
18,2
184,4

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	21,72	24	94,53

Полдник

1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17
916	Кисель из ягод	180	0,2		26
Итого за Полдник		230	3,95	5	52,17
Итого за день		1 405	30,28	40	197,75

Согласовано: _____

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



10.10.2024 (

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

972,06	Омлет натуральный НУ	165	16,6	21	3,05
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	4	18,54
828	Чай с сахаром*	200			14,97
Итого за Завтрак		400	18,14	25	36,56

Завтрак 2

701,01	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2

Обед

30	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами, Витаминный	50	0,59	4	1,84
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
995	Пюре картофельное	130	2,87	9	32,22
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		650	17,9	23	96,62

Полдник

1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	11,7
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23
Итого за Полдник		260	7,26	6	33,01
Итого за день		1 410	43,35	54	179,39

55
48,4
51,8
678,4

203,5
106,2
309,7
1 306,8

четверг)

5

ЭЦ ккал

264,3
102,6
59,9
426,8

53,8
53,8

48,7
72,6
118,1
199,3
115,5
48,4
51,8
654,4

82,3
51,8
71,8
205,9
1 340,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



11.10.2024 (п.

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<u>Завтрак</u>					
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	7	16,04
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
971	Чай ягодный	200	0,1		16
Итого за Завтрак		400	8,6	10	42,33
<u>Завтрак 2</u>					
971	Чай ягодный	100	0,05		8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		8
<u>Обед</u>					
817	Маринад овощной	50	0,48	5	4,14
1 021,05	*Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур	180	2,73	5	12,49
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	26,2
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5
Итого за Обед		650	21,78	33	85,51
<u>Полдник</u>					
1 217,01	Слойка с начинкой®	65	0,38		12,93
828	Чай с сахаром*	200			14,97
Итого за Полдник		265	0,38		27,9
Итого за день		1 415	30,81	43	163,74

ятница)

5

ЭЦ ккал

204
88,7
59,9
352,6

30
30

64
106,2
362,9
20,6
108,6
48,4
51,8
762,5

161,2
59,9
221,1
1 366,2