

Согласовано:

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



28.10.2024 (понедельник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	130	3,32	4	20,59	133,7
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		355	6,81	7	44,13	267,5
Завтрак 2						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	150	3,33	3	9,45	94,8
907	Тефтели мясные с луком	50	7,01	7	6,92	119,6
1 032	Каша гречневая вязкая.	110	2,96	3	18,7	125,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		530	17,02	16	73,07	538,2
Полдник						
226	Лапшевник с творогом	60	5,55	5	11,52	113,5
971	Чай ягодный	150	0,08		12	44,9
Итого за Полдник		210	5,63	5	23,52	158,4
Итого за день		1 195	29,86	28	150,52	1 011,1

Согласовано:

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



29.10.2024 (вторник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	130	4,88	5	26,72	171,1
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак		360	6,2	8	53,79	303,7
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
14 519	Салат из белокочанной капусты с	30	0,76	2	2,99	32
124,06	*Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур	150	1,24	4	6,06	63,2
893,01	Жаркое по-домашнему	160	10,58	19	18,2	290,3
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,35		20,62	86,7
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		530	16,25	26	66,13	572,4
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	3,75	5	26,17	203,5
1 604	Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
Итого за Полдник		200	8,1	9	32,17	279,3
Итого за день		1 190	30,55	43	163,29	1 202,9

Согласовано:

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



30.10.2024 (среда)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	130	5,97	7	27,9	176,1
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		355	9,52	10	51,63	309,9
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		12,81	60,3
Обед						
835	Помидоры порционно	30	0,33		4,13	37,1
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,51	4	11,11	115,3
910	Запеканка картофельная с печенью*	160	13,06	8	28,25	258
600	Соус сметанный	10	0,17	1	0,68	10,3
633,02	Компот из яблок и ягод	150	0,23		23,1	96,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
Итого за Обед		540	24,62	14	85,53	617,2
Полдник						
1 217,01	Слойка с начинкой®	65	0,38		12,93	161,2
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
Итого за Полдник		215	0,38		24,16	206,1
Итого за день		1 210	34,86	24	174,13	1 193,5

Согласовано:

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



31.10.2024 (четверг)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	130	6,26	5	20,82	154,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
854	Чай с молоком	200	1,36	2	20	88,1
Итого за Завтрак		355	8,94	14	49,49	341,5
Завтрак 2						
701,01	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
Обед						
16	Салат из отварного картофеля, св огурцов и моркови с маслом растительным,	30	0,42	3	2,84	42,1
1 033,01	*Свекольник со сметаной и мясом кур	150	1,73	2	14,19	82
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,91	6	5,12	99,4
995	Пюре картофельное	110	2,43	8	27,26	168,7
930	Напиток Ягодка	150	0,09		11,14	45,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		530	13,9	20	78,81	538,3
Полдник						
1 066,01	**Сырники	70	5,83	7	11,61	158,2
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
Итого за Полдник		240	6,01	7	35,82	257,1
Итого за день		1 225	28,9	41	177,32	1 190,7

Согласовано:

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



01.11.2024 (пятница)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	6	18,71	143,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
Итого за Завтрак		355	11,7	13	41,66	369,8
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	30	0,38	2	5,51	40,1
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками*	150	1,29	2	9,87	59,3
1 067	Суфле из птицы	50	7,94	3	6,47	86,9
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	3	30,04	156
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
917,02	Компот из ягод	150	0,11		14,3	58,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		550	18,21	12	85,88	519,5
Полдник						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
Итого за Полдник		200	3,15	3	44,53	218,4
Итого за день		1 205	33,06	28	183,27	1 155,2

Согласовано:

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



02.11.2024 (суббота)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 142,08 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	130	4,67	4	23,26	157,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		355	6,08	11	52,19	336,2
Завтрак 2						
930	Напиток Ягодка	100	0,06		7,42	30,6
Итого за Завтрак 2		100	0,06		7,42	30,6
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	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 свининой	160	9,98	19	37,74	360,7
932,01	Компот из изюма	150	0,35		21,1	87
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		520	18,32	25	90,95	649,8
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	3,15	1	37,8	167,9
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
Итого за Полдник		200	7,5	5	43,8	247,4
Итого за день		1 175	31,96	41	194,36	1 264