

Согласовано:

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



20.01.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 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	5,92	7	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	9,41	10	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	4,33	23,9
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	150	13,33	13	37,79	379,2
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	5	5,25	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	27,57	24	102,24	822,6
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	43,01	39	179,69	1 295,5

Согласовано:

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



21.01.2025 (вторник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 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 *Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур	30	0,76	2	2,99	32
124,06		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	1,73		103,09	433,7
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	17,63	26	148,6	919,4
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	34,09	45	237,88	1 850
1 604	Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
Итого за Полдник		200	38,44	49	243,88	1 925,8
Итого за день		1 190	62,27	83	457,47	3 196,4

Согласовано:

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



22.01.2025 (среда)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 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						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
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	25,22	14	83,35	592,1
Полдник						
14 505	Овощи тушеные	60	1,13	3	6,53	62,1
1 147	Хлеб ржаной.	15	1,28		6,38	38,9
828	Чай с сахаром*	150			11,23	44,9
Итого за Полдник		225	2,41	3	24,14	145,9
Итого за день		1 220	37,49	27	171,93	1 108,2

Согласовано:

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



23.01.2025 (четверг)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 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	1	16	88,1
Итого за Завтрак		355	8,94	13	45,49	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						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	30	0,55	3	8,93	62,4
1 033,01	*Свекольник со сметаной и мясом кур	150	1,73	2	14,19	82
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	4,58	4	5,12	72,8
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
930	Напиток Ягодка	150	0,45		55,68	229,3
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	13,06	16	122,11	700,7
Полдник						
1 066,01	**Сырники	70	4,9	4	10,67	105,5
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	5,08	4	34,88	204,4
Итого за день		1 225	27,13	33	215,68	1 300,4

Согласовано:

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



24.01.2025 (пятница)

Краснотурьинск ясли 1-3 з 148,47 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	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	4,84	6	14,38	152
Итого за Завтрак		355	12,7	15	41,66	369,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
999	Салат Бурячок	30	0,33	5	1,66	48,8
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	2	28,39	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	18,16	14	80,38	528,2
<u>Полдник</u>						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Полдник		200	4,17	4	45,3	239,5
Итого за день		1 205	35,03	33	178,54	1 185