

Согласовано:

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



03.02.2025 (понедельник)

### Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	170	7,74	9	26,93	174,8
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
828	Чай с сахаром @	200			14,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>11,93</b>	<b>12</b>	<b>52,19</b>	<b>323,4</b>
<b>Завтрак 2</b>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>						
811	Горошек зеленый консервированный	50	1,55		3,25	20
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	4	11,34	113,8
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	148,2
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>23,09</b>	<b>16</b>	<b>83,79</b>	<b>638,8</b>
<b>Полдник</b>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	0,37		2,61	20,4
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>6,17</b>	<b>5</b>	<b>10,61</b>	<b>126,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 400</b>	<b>41,59</b>	<b>33</b>	<b>156,39</b>	<b>1 135,6</b>

Согласовано:

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



04.02.2025 (вторник)

### Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	165	6,2	6	33,91	217,2
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>395</b>	<b>7,52</b>	<b>9</b>	<b>60,98</b>	<b>349,8</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b>Обед</b>						
14 519	Салат из белокочанной капусты с	50	1,27	3	4,98	53,4
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	200	13,22	24	22,74	362,9
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		21,92	91,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>19,62</b>	<b>32</b>	<b>75,18</b>	<b>683,9</b>
<b>Полдник</b>						
226	Лапшевник с творогом	70	6,48	6	13,44	132,4
828	Чай с сахаром @	180			13,47	53,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>6,48</b>	<b>6</b>	<b>26,91</b>	<b>186,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 395</b>	<b>33,62</b>	<b>47</b>	<b>174,27</b>	<b>1 267,5</b>

Согласовано:

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



05.02.2025 (среда)

**Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	170	7,81	9	36,49	230,3
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>12,06</b>	<b>12</b>	<b>61,94</b>	<b>378,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>12,81</b>	<b>60,3</b>
<b>Обед</b>						
814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22	39,8
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,01	5	13,33	138,4
910	Запеканка картофельная с печенью @	180	14,69	9	31,78	290,3
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72	115,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>28,1</b>	<b>20</b>	<b>99,66</b>	<b>704,8</b>
<b>Полдник</b>						
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 @	200			14,97	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>2,41</b>	<b>3</b>	<b>27,88</b>	<b>160,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 425</b>	<b>42,91</b>	<b>35</b>	<b>202,29</b>	<b>1 304,9</b>

Согласовано:

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



06.02.2025 (четверг)

**Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-лы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	8,18	7	27,23	202,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>11,12</b>	<b>16</b>	<b>53,64</b>	<b>408,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,05</b>		<b>13,2</b>	<b>53,8</b>
<b>Обед</b>						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	50	0,91	5	14,88	104
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	180	2,07	2	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	6,41	5	7,17	101,9
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
930	Напиток Ягодка	180	0,11		13,36	55
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>650</b>	<b>15,69</b>	<b>20</b>	<b>95,45</b>	<b>641,5</b>
<b>Полдник</b>						
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	180	0,2		26	106,2
<b>Итого за Полдник</b>		<b>270</b>	<b>5,11</b>	<b>4</b>	<b>39,21</b>	<b>222,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>31,97</b>	<b>40</b>	<b>201,5</b>	<b>1 326,3</b>

Согласовано:

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



07.02.2025 (пятница)

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47	188,2
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	6	14,38	152
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>14,75</b>	<b>16</b>	<b>49,14</b>	<b>428,9</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b><u>Обед</u></b>						
999	Салат Бурячок	50	0,55	8	2,76	81,3
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84	71,2
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	3	33,55	184,4
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>680</b>	<b>24,3</b>	<b>25</b>	<b>99,17</b>	<b>729,4</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,15	3	33,3	173,5
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>4,51</b>	<b>4</b>	<b>49,3</b>	<b>261,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 430</b>	<b>43,56</b>	<b>45</b>	<b>208,81</b>	<b>1 467,4</b>