

Согласовано:

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



17.02.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 11,93 | 12 | 52,19 | 323,4 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| 976,03 | Фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Обед | | 650 | 23,09 | 16 | 83,79 | 638,8 |
| Полдник | | | | | | |
| 1 141 | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,38 | 4 | 23,75 | 185 |
| 914 | Кисломолочный продукт | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 106 |
| Итого за Полдник | | 250 | 9,18 | 9 | 31,75 | 291 |
| Итого за день | | 1 400 | 44,6 | 37 | 177,53 | 1 300,2 |

Согласовано:

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



18.02.2025 (вторник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 395 | 7,52 | 9 | 60,98 | 349,8 |
| 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 | 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 |
| Итого за Обед | | 650 | 19,62 | 32 | 75,18 | 683,9 |
| Полдник | | | | | | |
| 226 | Лапшевник с творогом | 70 | 6,48 | 6 | 13,44 | 132,4 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 180 | | | 13,47 | 53,9 |
| Итого за Полдник | | 250 | 6,48 | 6 | 26,91 | 186,3 |
| Итого за день | | 1 395 | 33,62 | 47 | 174,27 | 1 267,5 |

Согласовано:

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



19.02.2025 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-лы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 12,06 | 12 | 61,94 | 378,9 |
| 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 | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Обед | | 650 | 28,1 | 20 | 99,66 | 704,8 |
| 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 @ | 200 | | | 14,97 | 59,9 |
| Итого за Полдник | | 275 | 2,41 | 3 | 27,88 | 160,9 |
| Итого за день | | 1 425 | 42,91 | 35 | 202,29 | 1 304,9 |

Согласовано:

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



20.02.2025 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-лы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 11,12 | 16 | 53,64 | 408,9 |
| 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 | 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 |
| Итого за Обед | | 650 | 15,69 | 20 | 95,45 | 641,5 |
| 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 | 180 | 0,2 | | 26 | 106,2 |
| Итого за Полдник | | 270 | 5,11 | 4 | 39,21 | 222,1 |
| Итого за день | | 1 420 | 31,97 | 40 | 201,5 | 1 326,3 |

Согласовано:

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



21.02.2025 (пятница)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 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 | 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 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 14,75 | 16 | 49,14 | 428,9 |
| <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 | 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 |
| Итого за Обед | | 680 | 24,3 | 25 | 99,17 | 729,4 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 938 | Ватрушка с повидлом | 50 | 3,15 | 3 | 33,3 | 173,5 |
| 854 | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 1 | 16 | 88,1 |
| Итого за Полдник | | 250 | 4,51 | 4 | 49,3 | 261,6 |
| Итого за день | | 1 430 | 43,56 | 45 | 208,81 | 1 467,4 |