

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



10.03.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,11	5	30,42	206,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		400	7,78	13	61,09	404,5
<u>Завтрак 2</u>						
930	Напиток Ягодка 200	100	0,06		7,42	30,6
Итого за Завтрак 2		100	0,06		7,42	30,6
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1	16,29	97,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
444,01	Плов со свиной	200	14,47	17	39,18	350,8
932,01	Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		640	24,03	26	84,6	684
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
1 604	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101
Итого за Полдник		250	7,7	6	20,8	181,4
Итого за день		1 390	39,57	45	173,91	1 300,5

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 Ю.Козырева



11.03.2025 (вторник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 153	Суп молочный с макаронными	170	3,11	4	18,89	120,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	7,3	7	40,15	269,3
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
834	Салат из отварного картофеля, огурцов и репчатого лука	50	0,93	2	6,71	49,6
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	180	1,9	5	13,51	107
1 076	Печень по-строгановски	70	9,4	7	3,65	116,2
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
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	18,56	22	87,17	644,2
<u>Полдник</u>						
769	Запеканка (сырники) из творога с морковью	60	7,29	5	7,55	133,8
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
971	Чай ягодный	180	0,09		14,4	54,2
Итого за Полдник		250	7,58	6	23,29	198,9
Итого за день		1 400	33,84	35	160,41	1 159,4

Согласовано:

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



12.03.2025 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,98	8	23,58	216
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак		405	6,3	15	43,43	359,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
812	Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом	180	1,31	2	10,73	63,4
661,04	Котлета Домашняя @	70	9,33	8		199,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	3	33,55	184,4
930	Напиток Ягодка 200	180	0,11		13,36	55
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		670	21,13	18	83,54	678,4
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд) 110	50	3,38	4	23,75	185
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник		250	3,61	4	52,64	303,1
Итого за день		1 425	31,04	37	190,81	1 388,4

Согласовано:

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



13.03.2025 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972	Омлет натуральный	165	12,2	11	14,05	242,3
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	4	18,54	102,6
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	13,74	15	43,56	404,8
<u>Завтрак 2</u>						
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
<u>Обед</u>						
5,01	Салат из свеклы отварной	50	0,68	3	6,49	52,3
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур @	180	1,74	2	12,55	72,6
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03	118,1
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
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	17,99	20	92,6	640,7
<u>Полдник</u>						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
Итого за Полдник		260	7,26	6	29,81	205,9
Итого за день		1 410	39,04	41	179,17	1 305,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева

14.03.2025 (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>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170	4,31	7	16,04	204
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
971	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2
Итого за Завтрак		400	8,6	10	42,33	352,9
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	50	0,48	5	4,14	64
1 021,05	Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	180	2,73	5	12,49	106,2
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	39,7	362,9
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35	20,6
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
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	21,78	33	99,01	762,5
<u>Полдник</u>						
677,08	Слойка с клубникой ®	60	5,02	5	170,48	115,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		260	5,02	5	181,45	175,8
Итого за день		1 410	35,8	48	332,59	1 338,2