

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



24.03.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенная 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 200	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 свиной	160	11,58	13	31,34	280,7
932,01	Компот из изюма	150	0,35		7,6	79,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		520	19,92	19	71,05	562,3
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	1,9	1	12,8	80,4
1 604	Кисломолочный напиток	150	4,35	4	6	75,8
Итого за Полдник		200	6,25	5	18,8	156,2
Итого за день		1 175	32,31	35	149,46	1 085,3

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
Ю.Козырева



25.03.2025 (вторник)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 153	Суп молочный с макаронными	130	2,38	3	14,45	92,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		355	5,87	6	33,99	226,1
Завтрак 2						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
Обед						
20	Свекла отварная с маслом растительным	30	0,44	3	3,1	34,8
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	150	1,59	4	11,26	89,2
1 076	Печень по-строгановски	60	8,06	6	3,13	99,6
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
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		540	15,96	20	73,59	552,1
Полдник						
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	150	0,08		12	45,2
Итого за Полдник		220	7,57	6	20,89	189,9
Итого за день		1 215	29,8	32	138,27	1 015,1

Согласовано:

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



26.03.2025 (среда)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 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	130	3,6	5	17,03	156
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		355	4,92	12	36,88	299,4
<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	30	0,62	2	3,72	34,8
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом	150	1,1	1	8,94	52,9
661,04	Котлета Домашняя @	50	6,67	6		142,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	2	28,39	156
930	Напиток Ягодка 200	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		550	16,97	13	71,88	550,3
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	50	7,43	10	52,25	407
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67	88,5
Итого за Полдник		200	7,6	10	73,92	495,5
Итого за день		1 205	29,49	35	193,88	1 392,7

Согласовано:

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



27.03.2025 (четверг)

Краснотурьинск ясли 1-3 г 148,47 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972	Омлет натуральный	120	8,87	8	10,22	176,2
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		350	10,19	11	37,08	324
<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>						
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	30	0,55	3	8,93	62,4
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур @	150	1,45	1	10,46	60,5
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	50	6,5	5	2,88	84,4
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
633,02	Компот из яблок и ягод	150	0,23		23,1	96,3
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	14,48	16	83,56	557,8
<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	150	0,07		15,2	59,9
Итого за Полдник		230	7,25	6	26,78	194
Итого за день		1 210	31,97	33	160,62	1 129,6

