

Согласовано:

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



28.07.2025 (понедельник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 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	7	30,42	206,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,42	118,5
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		400	7,78	15	61,1	404,5
<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>						
812	Кукуруза консервированная	50	1,03	3	6,21	57,9
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	165,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
932,01	Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		640	25,89	31	93,77	759,2
<u>Полдник</u>						
938	Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57	164,7
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		250	3,19	2	44,54	224,6
Итого за день		1 390	37,26	48	209,21	1 435,3

Согласовано:

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



29.07.2025 (вторник)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 153	Суп молочный с макаронными	180	3,29	4	20	127,8
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	4,29	5	39,3	239,9
<u>Завтрак 2</u>						
930,1	Напиток Ягодка	100	0,11		13,36	55
Итого за Завтрак 2		100	0,11		13,36	55
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
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	2,82	4	19,09	127,4
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	18,35	24	81,33	590,8
<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	30,33	35	157,28	1 084,6

Согласовано:

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



30.07.2025 (среда)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 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	5,16	6	24,35	171
693	Батон	20	1	1	8,33	52,2
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	6,16	7	43,65	283,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
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	5,5	4	32,82	189,3
930,1	Напиток Ягодка	180	0,19		24,05	99
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		670	20,47	16	89,89	676,9
<u>Полдник</u>						
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник		250	4,01	6	59,82	315,1
Итого за день		1 420	30,64	29	204,56	1 322,6

Согласовано:

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



31.07.2025 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972	Омлет натуральный	170	12,56	11	14,47	249,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	44,7
Итого за Завтрак		400	16,75	14	35,94	383,1
<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>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	46,8
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
512	Рис припущенный	130	0,48	1	5,1	28,8
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	15,55	14	49,41	380,3
<u>Полдник</u>						
1 141,07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		250	3,38	4	34,72	244,9
Итого за день		1 400	35,73	32	133,27	1 062,1

Согласовано:

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



01.08.2025 (пятница)

Красноурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 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
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,32	3	15,89	87,9
483	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8
Итого за Завтрак		400	5,72	10	52,19	371,7
<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	3	4,14	64
1 021,05	Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	180	2,73	5	12,49	106,2
1 018	Плов со свининой @	180	11,48	21	42,22	422,7
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,12		4,61	21,7
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		630	18,13	30	82,92	714,8
<u>Полдник</u>						
450,05	Маффин ванильный @	40	4,14	4	29,44	173
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		240	4,14	4	40,41	232,9
Итого за день		1 370	28,39	44	185,32	1 366,4

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443784

Владелец Смолина Кристина Владимировна

Действителен с 14.05.2025 по 14.05.2026