

Согласовано:

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



31

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
14 539,27	Чай с сахаром @	200			16
Итого за Завтрак		410	10,66	10	54,9
<u>Завтрак 2</u>					
976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8
<u>Обед</u>					
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	50	0,88	4	4,97
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	180	4	6	11,34
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	9	7,35
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
Итого за Обед		650	22,9	25	93,61
<u>Полдник</u>					
775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8
Итого за Полдник		250	9,57	9	38,71
Итого за день		1 410	43,53	44	197,02

Согласовано:

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



31

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<u>Завтрак</u>					

2.03.2026

,96

ЭЦ ккал

218,3
88,7
63,8
370,8

47
47

47,1
113,8
167,4
148,2
89,2
56,8
51,8
674,3

124,1
106
230,1
1 322,2

1.03.2026

,96

ЭЦ ккал

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08
Итого за Завтрак		400	11,23	17	54,2

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2
Итого за Завтрак 2		100			11,2

Обед

839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	50	0,57	2	4,57
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	200	1,65	5	8,08
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,13	4	2,52
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		700	22,63	18	104,6

Полдник

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
Итого за Полдник		250	2	15	42,43
Итого за день		1 450	35,86	50	212,43

Согласовано: _____

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



Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------

Завтрак

101	Суп молочный с крупой	180	4,43	6	15,37
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16
Итого за Завтрак		410	8,68	9	40,82

Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8

Обед

814	Икра овощная морковная	50	0,46	3	7,22
-----	------------------------	----	------	---	------

202,3
107,6
190
499,9

69
69

35,7
84,3
92,6
191
101,7
71
64,8
641,1

271
60
331
1 541

1.04.2026

,96

ЭЦ ккал

130,1
88,7
59,9
278,7

47
47

39,8

181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	180	9,11	5	13,96
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	180	14,3	20	29,7
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		32,22
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		660	29,05	32	117,41

Полдник

1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57
916	Кисель из ягод	180	0,2		26
Итого за Полдник		250	6,85	7	47,57
Итого за день		1 420	44,98	48	215,6

Согласовано: _____

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



02

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

Завтрак

174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	8	27,46
693	Батон	20	1	1	8,33
14 539,27	Чай с сахаром @	200			16
Итого за Завтрак		400	5,88	9	51,79

Завтрак 2

701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2

Обед

1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0,64	5	7,25
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	180	2,07	7	17,03
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9
518	Картофель отварной	130	0,39	3	3,16
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		680	15,71	24	94,92

Полдник

1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8	19,21
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54

142,1
362,9
20,6
107,8
71
64,8
809

174,6
106,2
280,8
1 415,5

2.04.2026

,96

ЭЦ ккал

176,4
52,2
63,8
292,4

53,8
53,8

59,7
98,4
154,2
194,8
128,6
71
64,8
771,5

169,1
10,4

1 188	Чай с сахаром	180			14,4
Итого за Полдник		300	7,88	8	36,15
Итого за день		1 480	29,52	41	196,06

Согласовано: _____

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



03

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7	24,47
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	24,99
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06
Итого за Завтрак		430	17,63	16	61,87

Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8

Обед

1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	50	1,22	5	7,22
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	180	1,55	2	11,84
255	Биточек из курицы	70	14,65	5	8,57
999	Капуста тушеная	130	3,42	5	16,21
917,02	Компот из ягод	180	0,14		15,36
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
Итого за Обед		660	25,79	19	92,16

Полдник

767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4
Итого за Полдник		250	10,04	10	38,15
Итого за день		1 440	53,86	45	201,98

57,5
237
1 354,7

3.04.2026

,96

ЭЦ ккал

188,2
85,2
78,5
80,1
432

47
47

102,2
71,2
142,6
120,9
63,4
71
64,8
636,1

171,3
120
291,3
1 406,4

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443784

Владелец Смолина Кристина Владимировна

Действителен с 14.05.2025 по 14.05.2026