

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

31

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,5

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

### Завтрак

883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,39	6	23,84
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
14 539,27	Чай с сахаром @	180			14,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>9,58</b>	<b>9</b>	<b>48,53</b>

### Завтрак 2

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>

### Обед

818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	30	0,53	2	2,98
1 015,04	Суп-лапша на курином бульоне с мясом	150	3,33	5	9,45
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	6	5,25
1 032	Каша гречневая вязкая.	110	2,96	3	18,7
912	Компот из свежих яблок	150	0,08		17,91
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>18,3</b>	<b>18</b>	<b>80,65</b>

### Полдник

775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,12</b>	<b>8</b>	<b>36,71</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 190</b>	<b>36,4</b>	<b>35</b>	<b>175,69</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

31

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,5

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

### Завтрак

2.03.2026

8

ЭЦ ккал
---------

182
88,7
57,4
328,1

47
47

28,3
94,8
119,6
125,4
74,3
56,8
51,8
551

124,1
79,5
203,6
1 129,7

1.03.2026

8

ЭЦ ккал
---------

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,51	6	18,92
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68
919	Какао с молоком	180	4,41	5	18,07
<b>Итого за Завтрак</b>		360	10,14	17	49,67

**Завтрак 2**

707	Сок натуральный	100			11,2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2

**Обед**

839	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	30	0,34	1	2,74
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	150	1,24	4	6,06
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	50	8,67	3	1,8
512	Рис припущенный	110	2,64	4	27,17
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
<b>Итого за Обед</b>		530	16,99	14	82,4

**Полдник**

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25
854,01	Чай с шиповником	150			8,38
<b>Итого за Полдник</b>		200	2	15	39,63
<b>Итого за день</b>		1 190	29,13	46	182,9

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



***Краснотурьинск ясли I-3 г 2026 189,5***

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

**Завтрак**

101	Суп молочный с крупой	150	3,69	5	12,81
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16
<b>Итого за Завтрак</b>		380	7,94	8	38,26

**Завтрак 2**

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8

**Обед**

814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	4,33
-----	------------------------	----	------	---	------

178,5
107,6
171
457,1

69
69

21,4
63,2
66,1
161,6
76,3
56,8
51,8
497,2

271
45
316
1 339,3

**1.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

108,4
88,7
59,9
257

47
47

23,9
------

181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,59	5	11,63
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	160	12,71	18	26,4
600	Соус сметанный	10	0,17	1	0,68
1 802	Компот из яблок и ягод	150	0,03		26,85
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>24,62</b>	<b>28</b>	<b>96,25</b>

**Полдник**

1 190,03	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>5,87</b>	<b>6</b>	<b>40,16</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 230</b>	<b>38,83</b>	<b>42</b>	<b>184,47</b>

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



02

***Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,5***

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

**Завтрак**

174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	4,07	7	22,88
693	Батон	20	1	1	8,33
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>6,3</b>	<b>9</b>	<b>45,61</b>

**Завтрак 2**

701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,05</b>		<b>13,2</b>

**Обед**

1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	30	0,39	3	4,35
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур @	150	1,73	6	14,19
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93
518	Картофель отварной	110	0,33	3	2,67
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>580</b>	<b>12,06</b>	<b>19</b>	<b>80,12</b>

**Полдник**

1 809	Лапшевник с творогом	70	5,51	6	13,44
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54

118,4
322,5
10,3
89,8
56,8
51,8
673,5

149,7
88,5
238,2
1 215,7

**2.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

147
52,2
79,2
278,4

53,8
53,8

35,8
82
110,1
164,8
128,6
56,8
51,8
629,9

118,4
10,4

1 188	Чай с сахаром	150			12
<b>Итого за Полдник</b>		240	5,52	6	27,98
<b>Итого за день</b>		1 270	23,93	34	166,91

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



03

## ***Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,5***

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

### **Завтрак**

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	6	18,71
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05
<b>Итого за Завтрак</b>		350	14,76	14	45,77

### **Завтрак 2**

976,04	Фрукты свежие	100	0,4		9,8
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8

### **Обед**

1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	30	0,73	3	4,33
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками @	150	1,29	2	9,87
255	Биточек из курицы	50	10,47	4	6,12
999	Капуста тушеная	110	2,9	4	13,72
917,02	Компот из ягод	150	0,11		12,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
<b>Итого за Обед</b>		530	19,34	15	73,2

### **Полдник**

767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05
<b>Итого за Полдник</b>		200	8,59	9	35,8
<b>Итого за день</b>		1 180	43,09	38	164,57

47,9
176,7
1 138,8

**3.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

143,9
56,8
78,5
66,8
346

47
47

61,3
59,3
101,9
102,3
52,8
56,8
51,8
486,2

171,3
90
261,3
1 140,5

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443784

Владелец Смолина Кристина Владимировна

Действителен с 14.05.2025 по 14.05.2026