

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

14

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

### Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5	23
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>10,99</b>	<b>16</b>	<b>55,76</b>

### Завтрак 2

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

### Обед

14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	50	0,61	5	6,45
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	180	0,31		21,92
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
<b>Итого за Обед</b>		<b>680</b>	<b>22,63</b>	<b>21</b>	<b>104,04</b>

### Полдник

1 494,1	Вафли	50	2	15	31,25
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>42,43</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 430</b>	<b>35,62</b>	<b>52</b>	<b>213,43</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

14

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

### Завтрак

4.04.2026

,96

ЭЦ ккал
---------

161,5
107,6
190
459,1

69
69

73,9
84,3
92,6
191
91,5
71
64,8
669,1

271
60
331
1 528,2

5.04.2026

,96

ЭЦ ккал
---------

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
<b>Итого за Завтрак</b>		410	8,68	9	40,82

**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	50	0,46	3	7,22
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
<b>Итого за Обед</b>		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
<b>Итого за Полдник</b>		250	6,85	7	47,57
<b>Итого за день</b>		1 420	44,98	48	215,6

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



10

**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
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16
<b>Итого за Завтрак</b>		400	7,24	10	51,79

**Завтрак 2**

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

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

47
47

39,8
142,1
362,9
20,6
107,8
71
64,8
809

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

**5.04.2026**

**,96**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

176,4
52,2
88,1
316,7

53,8
53,8

59,7
98,4
154,2

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>680</b>	<b>15,71</b>	<b>24</b>	<b>94,92</b>

**Полдник**

1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8	19,21
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>7,88</b>	<b>8</b>	<b>36,15</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 480</b>	<b>30,88</b>	<b>42</b>	<b>196,06</b>

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



I/

## *Краснотурьинск 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>430</b>	<b>17,63</b>	<b>16</b>	<b>61,87</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**

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
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>25,79</b>	<b>19</b>	<b>92,16</b>

**Полдник**

767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4

194,8
128,6
71
64,8
771,5

169,1
10,4
57,5
237
1 379

7.04.2026

,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

<b>Итого за Полдник</b>	250	10,04	10	38,15
<b>Итого за день</b>	1 440	53,86	45	201,98

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



К

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

### Завтрак

883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
1 188	Чай с сахаром, 200	200			16
<b>Итого за Завтрак</b>		410	10,66	10	54,9

### Завтрак 2

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

### Обед

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
<b>Итого за Обед</b>		650	22,9	25	93,61

### Полдник

775	Булочка российская	50	3,77	4	30,71
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8
<b>Итого за Полдник</b>		250	9,57	9	38,71
<b>Итого за день</b>		1 410	43,53	44	197,02

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

291,3
1 406,4

3.04.2026

,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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443784

Владелец Смолина Кристина Владимировна

Действителен с 14.05.2025 по 14.05.2026