

Согласовано:

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



1/

## 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
1 188	Чай с сахаром, 200	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



1/

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

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

### Завтрак

3.04.2026

8

ЭЦ ккал
---------

182
88,7
57,5
328,2

47
47

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

124,1
79,5
203,6
1 129,8

4.04.2026

8

ЭЦ ккал
---------

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,3	5	20,29
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	9,93	16	51,04

**Завтрак 2**

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

**Обед**

14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	30	0,37	3	3,87
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	17,02	16	83,53

**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	28,95	47	185,4

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



1:

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	50	0,46	3	7,22
181	Уха с крупой (перловой, пшенной)	150	7,59	5	11,63

142,5
107,6
171
421,1

69
69

44,4
63,2
66,1
161,6
76,3
56,8
51,8
520,2

271
45
316
1 326,3

**5.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

108,4
88,7
59,9
257

47
47

39,8
118,4

1 100	Запеканка картофельная с мясом.	150	11,92	17	24,75
600	Соус сметанный	20	0,34	2	1,35
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>560</b>	<b>24,18</b>	<b>29</b>	<b>98,16</b>

**Полдник**

1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67
<b>Итого за Полдник</b>		<b>220</b>	<b>6,82</b>	<b>7</b>	<b>43,24</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 260</b>	<b>39,34</b>	<b>44</b>	<b>189,46</b>

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



10

***Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,50***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	170	1,16	1	13,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>340</b>	<b>6,23</b>	<b>9</b>	<b>44,81</b>

**Завтрак 2**

701	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
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>5,52</b>	<b>6</b>	<b>27,98</b>

302,4
20,6
89,8
56,8
51,8
679,6

174,6
88,5
263,1
1 246,7

**5.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

147
52,2
74,8
274

53,8
53,8

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

118,4
10,4
47,9
176,7

Итого за день	1 260	23,86	34	166,11
---------------	-------	-------	----	--------

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



1/

## Краснотурьинск ясли Г-З г 2026 189,5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b><u>Завтрак</u></b>					
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	130	4,37	6	18,71
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	150	2,25	2	10,05
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>15,83</b>	<b>14</b>	<b>54,1</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>					
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>
<b><u>Обед</u></b>					
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>		<b>530</b>	<b>19,34</b>	<b>15</b>	<b>73,2</b>
<b><u>Полдник</u></b>					
767	Булочка ванильная	50	4,24	4	28,75
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,59</b>	<b>9</b>	<b>35,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 190</b>	<b>44,16</b>	<b>38</b>	<b>172,9</b>

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1 134,4
---------

7.04.2026

8

ЭЦ ккал
---------

143,9
-------

85,2
------

78,5
------

66,8
------

374,4
-------

47
----

47
----

61,3
------

59,3
------

101,9
-------

102,3
-------

52,8
------

56,8
------

51,8
------

486,2
-------

171,3
-------

90
----

261,3
-------

1 168,9
---------

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443784

Владелец Смолина Кристина Владимировна

Действителен с 14.05.2025 по 14.05.2026