



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

Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

Наименование блюда		Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	170	4,89	5,8	25,91	176,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08	190
Итого за Завтрак		400	11,37	19,8	54,15	444,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
14 612,26	Салат из отварной свеклы с яблоком	50	0,61	5,06	6,45	73,9
124,06	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур @	200	1,65	4,98	8,08	84,3
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,13	6,22	2,52	121,3
512	Рис припущенный	130	3,12	3,47	32,11	191
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		680	22,63	21,77	94,09	695,3
<u>Полдник</u>						
1 141,09	Печенье детское @	50	3,75	4,9	28,33	203,5
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Полдник		250	3,75	4,9	39,51	263,5
Итого за день		1 430	37,75	46,47	198,95	1 471,9

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эк ккал
<u>Завтрак</u>						
174	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	4,88	8	27,46	176,4
693	Батон	20	1	0,58	8,33	52,2
854	Чай с молоком	200	1,36	1,1	16	88,1
Итого за Завтрак		400	7,24	9,68	51,79	316,7
<u>Завтрак 2</u>						
701	Напиток яблочный*	100	0,05	0,05	13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05	0,05	13,2	53,8
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4	0,05	1,4	7,5
1 033,01	Свекольник со сметаной и мясом кур _@	180	2,07	7	17,03	98,4
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	6,94	6,9	154,2
518	Картофель отварной	130	0,39	3	3,16	186,1
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	27,62	118,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		680	15,47	19,23	79,12	698,1
<u>Полдник</u>						
1 809	Лапшевник с творогом	100	7,87	8,2	19,21	169,1
984	Соус ягодный	20	0,01		2,54	10,4
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		300	7,88	8,2	36,15	236,9
Итого за день		1 480	30,64	37,16	180,26	1 305,5



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

24.07.2026

Красноурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,96

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	170	5,72	7,42	24,47	188,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
349,01	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,61	12,06	80,1
Итого за Завтрак		430	17,63	16,38	49,93	429
Завтрак 2						
976,04	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	26,47	97
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	26,47	97
Обед						
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	50	1,22	5	7,22	102,2
89	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,55	1,93	11,84	71,2
255	Биточек из курицы	70	14,65	5,22	8,57	142,6
999	Капуста тушеная	130	3,42	4,65	32,46	120,9
917,02	Компот из ягод	180	0,14	0,05	15,36	63,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,13	64,8
Итого за Обед		660	25,79	18,81	98,46	633,6
Полдник						
767	Булочка ванильная	50	4,24	4,38	28,75	171,3
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		250	10,04	10,78	38,15	291,3
Итого за день		1 440	53,86	46,37	213,01	1 450,9