

Согласовано:

Заведующей МА ДОУ № 42

Мусихина Е.М.



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева



15.12.2025

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|---------|--------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|---------|--------|-----------------|---------|

### Завтрак

|       |                                      |            |             |           |              |              |
|-------|--------------------------------------|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 153 | Суп молочный с макаронными изделиями | 170        | 3,11        | 4         | 18,89        | 120,7        |
| 808   | Бутерброд с маслом сливочным         | 30         | 1,58        | 9         | 8,16         | 138          |
| 483   | Чай с лимоном                        | 200        | 0,09        |           | 15,16        | 79,8         |
|       | <b>Итого за Завтрак</b>              | <b>400</b> | <b>4,78</b> | <b>13</b> | <b>42,21</b> | <b>338,5</b> |

### Завтрак 2

|        |                           |            |            |  |            |           |
|--------|---------------------------|------------|------------|--|------------|-----------|
| 976,03 | Фрукт (яблоко)            | 100        | 0,4        |  | 9,8        | 47        |
|        | <b>Итого за Завтрак 2</b> | <b>100</b> | <b>0,4</b> |  | <b>9,8</b> | <b>47</b> |

### Обед

|        |                                   |            |              |           |              |              |
|--------|-----------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 813    | Икра кабачковая пром.производства | 50         | 0,6          | 7         | 3,7          | 48,5         |
| 1 049  | Суп-пюре из гороха                | 180        | 5,55         | 2         | 16,26        | 102          |
| 943    | Гренки из пшеничного хлеба        | 10         | 1,3          |           | 7,81         | 40           |
| 437,06 | Гуляш из мяса свинины @_          | 70         | 7,82         | 20        | 2,53         | 165,4        |
| 998    | Каша гречневая рассыпчатая        | 130        | 8,08         | 5         | 42,14        | 246,7        |
| 932,01 | Компот из изюма                   | 180        | 0,41         |           | 9,12         | 95,4         |
| 1 148  | Хлеб ржаной                       | 25         | 2,13         | 1         | 12,13        | 64,8         |
|        | <b>Итого за Обед</b>              | <b>645</b> | <b>25,89</b> | <b>35</b> | <b>93,69</b> | <b>762,8</b> |

### Полдник

|     |                         |              |              |           |               |                |
|-----|-------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 938 | Ватрушка с повидлом     | 50           | 3,19         | 2         | 33,57         | 164,7          |
| 828 | Чай с сахаром @_        | 200          |              |           | 10,97         | 59,9           |
|     | <b>Итого за Полдник</b> | <b>250</b>   | <b>3,19</b>  | <b>2</b>  | <b>44,54</b>  | <b>224,6</b>   |
|     | <b>Итого за день</b>    | <b>1 395</b> | <b>34,26</b> | <b>50</b> | <b>190,24</b> | <b>1 372,9</b> |

Согласовано:

Заведующей МА ДОУ № 42

Мусихина Е.М.



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

16.12.2025

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|---------|--------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|---------|--------|-----------------|---------|

### Завтрак

|     |  |            |             |           |              |              |
|-----|--|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| 883 | Каша пшеничная молочная жидккая с маслом сливочным | 170        | 6,11        | 7         | 27,02        | 206,2        |
| 808 | Бутерброд с маслом сливочным                       | 30         | 1,58        | 9         | 8,16         | 138          |
| 828 | Чай с сахаром @_                                   | 200        |             |           | 10,97        | 59,9         |
|     | <b>Итого за Завтрак</b>                            | <b>400</b> | <b>7,69</b> | <b>16</b> | <b>46,15</b> | <b>404,1</b> |

### Завтрак 2

|       |                           |            |             |  |              |           |
|-------|---------------------------|------------|-------------|--|--------------|-----------|
| 930,1 | Напиток Ягодка            | 100        | 0,11        |  | 13,36        | 55        |
|       | <b>Итого за Завтрак 2</b> | <b>100</b> | <b>0,11</b> |  | <b>13,36</b> | <b>55</b> |

### Обед

|          |   |            |              |           |              |              |
|----------|---|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 520      | Икра овощная свекольная                             | 50         | 0,69         | 4         | 4,62         | 55,6         |
| 1 030,06 | Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @_ | 180        | 1,9          | 5         | 13,51        | 107          |
| 1 076    | Печень по-строгановски                              | 70         | 8,82         | 9         | 1,82         | 126          |
| 995      | Пюре картофельное                                   | 130        | 2,82         | 4         | 19,09        | 127,4        |
| 928      | Компот из смеси сухофруктов                         | 180        | 0,31         |           | 21,92        | 91,5         |
| 897      | Хлеб пшеничный                                      | 25         | 2,68         | 1         | 20,83        | 71           |
| 1 148    | Хлеб ржаной   | 25         | 2,13         | 1         | 12,13        | 64,8         |
|          | <b>Итого за Обед</b>                                | <b>660</b> | <b>19,35</b> | <b>24</b> | <b>93,92</b> | <b>643,3</b> |

### Полдник

|        |                         |              |              |           |               |                |
|--------|-------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 769,12 | Булочка домашняя        | 70           | 5,29         | 8         | 43,3          | 275,8          |
| 971    | Чай ягодный             | 200          | 0,1          |           | 16            | 60,2           |
|        | <b>Итого за Полдник</b> | <b>270</b>   | <b>5,39</b>  | <b>8</b>  | <b>59,3</b>   | <b>336</b>     |
|        | <b>Итого за день</b>    | <b>1 430</b> | <b>32,54</b> | <b>48</b> | <b>212,73</b> | <b>1 438,4</b> |



Согласовано:

Заведующей МА ДОУ № 42

Мусихина Е.М.



Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева



19.12.2025

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

| №<br>рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

### Завтрак

|     |  |            |             |           |              |              |
|-----|--|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| 823 | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 165        | 5,94        | 7         | 27,72        | 198          |
| 815 | Бутерброд с маслом и повидлом              | 35         | 1,42        | 7         | 14,8         | 125,6        |
| 483 | Чай с лимоном                              | 200        | 0,09        |           | 15,16        | 79,8         |
|     | <b>Итого за Завтрак</b>                    | <b>400</b> | <b>7,45</b> | <b>14</b> | <b>57,68</b> | <b>403,4</b> |

### Завтрак 2

|        |                           |            |            |  |            |           |
|--------|---------------------------|------------|------------|--|------------|-----------|
| 976,03 | Фрукт (яблоко)            | 100        | 0,4        |  | 9,8        | 47        |
|        | <b>Итого за Завтрак 2</b> | <b>100</b> | <b>0,4</b> |  | <b>9,8</b> | <b>47</b> |

### Обед

|          |   |            |              |           |               |              |
|----------|---|------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 817      | Маринад овощной                                     | 50         | 0,48         | 3         | 4,14          | 64           |
| 1 021,05 | Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур @ | 180        | 2,73         | 5         | 12,49         | 106,2        |
| 1 020    | Плов с мясом птицы @                                | 180        | 11,32        | 11        | 34,86         | 278,5        |
| 705      | Напиток из плодов шиповника                         | 180        | 0,61         |           | 24,86         | 115,8        |
| 897      | Хлеб пшеничный                                      | 25         | 2,68         | 1         | 20,83         | 71           |
| 1 148    | Хлеб ржаной   | 25         | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8         |
|          | <b>Итого за Обед</b>                                | <b>640</b> | <b>19,95</b> | <b>21</b> | <b>109,31</b> | <b>700,3</b> |

### Полдник

|        |                         |              |              |           |               |                |
|--------|-------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 450,05 | Маффин ванильный @      | 60           | 6,21         | 6         | 44,16         | 259,5          |
| 828    | Чай с сахаром @         | 200          |              |           | 10,97         | 59,9           |
|        | <b>Итого за Полдник</b> | <b>260</b>   | <b>6,21</b>  | <b>6</b>  | <b>55,13</b>  | <b>319,4</b>   |
|        | <b>Итого за день</b>    | <b>1 400</b> | <b>34,01</b> | <b>41</b> | <b>231,92</b> | <b>1 470,1</b> |

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_