

Согласовано:

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



21

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

### Завтрак

1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	170	3,11	4	18,89
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16
1 188	Чай с сахаром, 200	200			16
<b>Итого за Завтрак</b>		400	4,69	13	43,05

### Завтрак 2

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

### Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	16	2,53
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14
932,01	Компот из изюма	180	0,41		9,12
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
<b>Итого за Обед</b>		645	25,89	31	93,69

### Полдник

938	Ватрушка с повидлом	60	3,83	3	40,28
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8
<b>Итого за Полдник</b>		260	9,63	8	48,28
<b>Итого за день</b>		1 405	40,61	52	194,82

Согласовано:

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



21

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

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

### Завтрак

1 139	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	170	10,2	8	22,47
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29

1.04.2026

96

ЭЦ ккал

120,7
138
63,8
322,5

47
47

48,5
102
40
165,4
246,7
95,4
64,8
762,8

167,7
106
273,7
1 406

1.04.2026

96

ЭЦ ккал

180,7
88,7

919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08
<b>Итого за Завтрак</b>		400	19,29	16	52,84
<b><u>Завтрак 2</u></b>					
707	Сок натуральный	100			11,2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2
<b><u>Обед</u></b>					
520	Икра овощная свекольная	50	0,69	4	4,62
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	180	1,9	5	13,51
1 076	Печень по-строгановски	70	8,82	9	1,82
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09
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>		660	19,35	24	93,92
<b><u>Полдник</u></b>					
775,01	Булочка сахарная	50	3,77	4	30,71
14 539,27	Чай с сахаром	200			16
<b>Итого за Полдник</b>		250	3,77	4	46,71
<b>Итого за день</b>		1 410	42,41	44	204,67

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



2/

***Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,***

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
<b><u>Завтрак</u></b>					
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,06	8	28,52
693	Батон	20	1	1	8,33
14 539,27	Чай с сахаром	200			16
<b>Итого за Завтрак</b>		400	9,06	9	52,85
<b><u>Завтрак 2</u></b>					
701,01	Напиток яблочный	100	0,05		13,2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,05		13,2
<b><u>Обед</u></b>					
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	50	0,91	5	14,88
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом кур	180	1,31	2	10,73
661	Котлета Домашняя	70	10,89	9	11,19
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43

190
459,4

69
69

55,6
107
126
127,4
91,5
71
64,8
643,3

124,1
63,8
187,9
1 359,6

**2.04.2026**

**96**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

176,1
52,2
63,8
292,1

53,8
53,8

104
63,4
217
18,2

516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82
932	Компот из кураги	180	0,14		4,07
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32
<b>Итого за Обед</b>		670	23,45	23	108,44

**Полдник**

1 478	Суфле из творога	100	8,93	8	11,11
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55
916	Кисель из ягод	180	0,2		26
<b>Итого за Полдник</b>		300	10,71	10	46,66
<b>Итого за день</b>		1 470	43,27	42	221,15

Согласовано: \_\_\_\_\_

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

23

## **Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,**

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

**Завтрак**

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
854,01	Чай с шиповником	200			11,18
<b>Итого за Завтрак</b>		400	9,3	9	42,91

**Завтрак 2**

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

**Обед**

604	Кукуруза отварная	50	5,67	3	8
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур_@	180	1,74	2	12,55
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	70	7,12	7	6,9
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09
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	22,19	18	111,72

**Полдник**

1 201	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками	60	8,28	10	6,31
14 539,27	Чай с сахаром	200			16
<b>Итого за Полдник</b>		260	8,28	10	22,31
<b>Итого за день</b>		1 420	40,17	37	186,74

189,3
18,2
113,6
723,7

173,7
64,2
106,2
344,1
1 413,7

**3.04.2026**

**96**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

202,3
88,7
60
351

47
47

67,4
72,6
154,2
127,4
107,8
71
64,8
665,2

150,8
63,8
214,6
1 277,8

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

24

## Краснотурьинск ДОУ 3-7 лет 2026 237,

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b><u>Завтрак</u></b>					
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180	6,48	6	28,24
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16
<b>Итого за Завтрак</b>		410	7,76	12	56,08
<b><u>Завтрак 2</u></b>					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,34		13,81
<b><u>Обед</u></b>					
817	Маринад овощной	50	0,48	3	4,14
1 021,05	Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	180	2,73	5	12,49
1 020	Плов с мясом птицы @	180	11,32	11	34,86
925	Напиток апельсиновый или	180	0,12		18,21
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13
<b>Итого за Обед</b>		640	19,46	21	102,66
<b><u>Полдник</u></b>					
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46
<b>Итого за Полдник</b>		250	10,51	14	51,76
<b>Итого за день</b>		1 400	38,07	47	224,31

1.04.2026

96

ЭЦ ккал
---------

216
107,6
59,9
383,5

64,3
64,3

64
106,2
278,5
74
71
64,8
658,5

275,8
108
383,8
1 490,1