

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

21

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

### Завтрак

1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,74	3	16,67
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>4,32</b>	<b>12</b>	<b>39,23</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

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81
437,06	Гуляш из мяса свинины @	50	5,59	12	1,81
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4	35,66
932,01	Компот из изюма	150	0,35		7,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>520</b>	<b>20,77</b>	<b>23</b>	<b>78,35</b>

### Полдник

938	Ватрушка с повидлом	50	3,19	2	33,57
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>7,54</b>	<b>6</b>	<b>39,57</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 180</b>	<b>33,03</b>	<b>41</b>	<b>166,95</b>

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



С.Ю.Козырева

21

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------

### Завтрак

1 139	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	150	9	7	19,83
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57

**2.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

106,5
138
57,5
302

47
47

29,1
85
40
118,2
208,7
79,5
51,8
612,3

139,7
79,5
219,2
1 180,5

**1.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

159,4
73,9

919	Какао с молоком	200	4,9	5	20,08
<b>Итого за Завтрак</b>		375	17,39	15	48,48
<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	30	0,41	2	2,77
1 030,06	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур @	150	1,59	4	11,26
1 076	Печень по-строгановски	50	6,3	7	1,3
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16
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	14,79	19	76,12
<b><u>Полдник</u></b>					
775,01	Булочка сахарная	45	3,39	4	27,64
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4
<b>Итого за Полдник</b>		225	3,39	4	42,04
<b>Итого за день</b>		1 230	35,57	38	177,84

Согласовано: \_\_\_\_\_

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



22

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b><u>Завтрак</u></b>					
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	130	5,82	6	20,59
693	Батон	25	1,25	1	10,41
14 539,27	Чай с сахаром	200			16
<b>Итого за Завтрак</b>		355	7,07	7	47
<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	30	0,55	3	8,93
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом кур	150	1,1	1	8,94
661	Котлета Домашняя	50	7,78	6	7,99
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43

190
423,3

69
69

33,3
89,2
90
107,8
76,3
56,8
51,8
505,2

111,7
57,5
169,2
1 166,7

**2.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

127,2
65,2
63,8
256,2

53,8
53,8

62,4
52,9
155
18,2

516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77
932	Компот из кураги	150	0,12		3,39
897	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32
<b>Итого за Обед</b>		<b>550</b>	<b>18,9</b>	<b>16</b>	<b>91,77</b>

**Полдник**

1 478	Суфле из творога	80	7,15	7	8,89
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55
916	Кисель из ягод	150	0,17		21,67
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>8,9</b>	<b>9</b>	<b>40,11</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 255</b>	<b>34,92</b>	<b>32</b>	<b>192,08</b>

Согласовано: \_\_\_\_\_

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

23

## ***Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58***

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

**Завтрак**

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,51	6	18,92
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29
854,01	Чай с шиповником	180			10,06
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>360</b>	<b>8,7</b>	<b>9</b>	<b>39,27</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**

604	Кукуруза отварная	30	3,4	2	4,8
1 039,02	Суп с вермишелью и мясом кур_@	150	1,45	1	10,46
1 197	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16
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>530</b>	<b>16,2</b>	<b>14</b>	<b>89,56</b>

**Полдник**

1 201	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоками	50	6,9	8	5,26
14 539,27	Чай с сахаром	150			12
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>6,9</b>	<b>8</b>	<b>17,26</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 190</b>	<b>32,2</b>	<b>31</b>	<b>155,89</b>

160,2
15,1
113,6
577,4

138,9
64,2
88,5
291,6
1 179

**3.04.2026**

**8**

<b>ЭЦ ккал</b>
----------------

178,5
88,7
54
321,2

47
47

40,5
60,5
110,1
107,8
89,8
56,8
51,8
517,3

125,7
47,9
173,6
1 059,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Ю.Козырева

24

## Краснотурьинск ясли 1-3 г 2026 189,58

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
<b><u>Завтрак</u></b>					
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,4	5	23,53
815	Бутерброд с маслом и повидлом	30	1,22	6	12,68
483	Чай с лимоном, 200	180	0,08		13,64
<b>Итого за Завтрак</b>		360	6,7	11	49,85
<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	30	0,29	2	2,48
1 021,05	Борщ с капустой,картофелем,сметаной и мясом кур @	150	2,27	4	10,41
1 020	Плов с мясом птицы @	160	10,06	9	30,99
925	Напиток апельсиновый или	150	0,1		15,18
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	16,56	17	85,42
<b><u>Полдник</u></b>					
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05
<b>Итого за Полдник</b>		200	8,13	11	37,98
<b>Итого за день</b>		1 190	31,73	39	187,06

1.04.2026

8

ЭЦ ккал
---------

180
107,6
71,8
359,4

64,3
64,3

38,4
88,5
247,6
61,7
56,8
51,8
544,8

197
90
287
1 255,5