

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

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

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,06	5	28,52	176,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
686	Чай с лимоном_@	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Завтрак		390	9,3	8	52,46	318,7

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	46,8
139	Суп картофельный с бобовыми	180	4,23	4	15,47	120
661,16	Котлета Деревенская	70	18,77	48	42,3	691,8
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
1 242	Морс ягодный	180	0,22		24,93	102,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		660	32,98	62	140,52	1 256,6

Полдник

1 141,09	Печенье детское_@	50	3,75	5	28,33	203,5
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		230	8,97	11	36,79	311,5
Итого за день		1 380	51,25	81	240,97	1 955,8

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

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

Завтрак

853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	180	6,76	7	36,99	237
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		390	11,04	19	57,21	455,1

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3

Обед

5,01	Салат из свеклы отварной	50	0,68	3	6,49	52,3
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	3,95	4	11,02	99
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 069	Суфле из рыбы	70	12,93	3	5,42	113,2
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
932	Компот из кураги	180	0,14		4,07	18,2
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		655	24,99	16	65,59	522,1

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,21	147,8
902	Молоко сгущенное	10	0,79	1	4,77	32,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		260	11,28	7	30,38	237,4
Итого за день		1 405	47,71	42	162,98	1 287,9



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

21.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

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

Завтрак

302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	180	7,78	8	39,53	264,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		390	13,2	12	64,22	432

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

811	Горошек зеленый консервированный	50	1,55		3,25	20
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	70	12,7	5	2,52	178,7
991	Рис отварной	130	3,32	5	34,69	197,3
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		655	24,29	17	94,7	699,7

Полдник

1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,74	3	16,67	106,5
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		350	4,88	4	47,73	220,8
Итого за день		1 495	42,37	33	217,85	1 421,5

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

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

Завтрак

891	Омлет запеченный или паровой	170	17,13	19	5,54	259,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Завтрак		400	18,71	28	29,7	461,3

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3

Обед

818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	46,8
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	180	2,95	5	13,38	112,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
255	Биточек из курицы	70	14,65	5	8,57	142,6
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		665	29,12	21	104,67	724,2

Полдник

914,02	Снежок	190	5,51	6	7,6	112,1
450,05	Маффин ванильный @	60	6,21	6	44,16	259,5
Итого за Полдник		250	11,72	12	51,76	371,6
Итого за день		1 415	59,95	61	195,93	1 630,4

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

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

Завтрак

851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,94	5	29,4	185,4
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30	3,51	4	9,08	87,1
919	Какао с молоком	180	5,09	6	18,07	171
Итого за Завтрак		390	14,54	15	56,55	443,5

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69

Обед

1 262	Салат из свеклы с сыром @	50	2,35	5	3,57	53
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	165,4
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
1 242	Морс ягодный	180	0,22		24,93	102,9
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		655	19,35	37	92,49	713,9

Полдник

959	Рагу из овощей	100	2,14	5	14,15	104,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
686	Чай с лимоном @	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Полдник		300	4,33	6	44,46	215,6
Итого за день		1 445	38,22	58	204,7	1 442