

Согласовано:



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



26.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,62	6	31,68	195,6
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
919	Какао с молоком	180	5,09	6	18,07	171
Итого за Завтрак		410	14,9	15	60,04	455,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
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
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
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		670	29,79	19	108,65	721,1
<u>Полдник</u>						
995,02	Запеканка картофельная (лук, морковь)	100	2,72	4	16,64	125
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
Итого за Полдник		305	5,4	5	51,87	253,5
Итого за день		1 485	50,09	39	231,76	1 498,9

Уд. В. В. Тюхтерев

Утверждаю

И.И. Шенников

«Комбинат общественного питания»

ОГРН 1116679005158

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	150	15,12	17	4,89	228,9
1 141,09	Печенье детское _@	50	3,75	5	28,33	203,5
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Завтрак		400	22,24	24	64,28	568,4
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
1 006	Огурцы соленые	50	0,4		0,85	6,5
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	89,6
1 018	Плов со свининой _@	180	14,49	33	43,9	460,3
932	Компот из кураги	180	0,14		4,07	18,2
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		640	20,56	39	83	699,9
<u>Полдник</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	150	5,64	5	30,83	197,5
1 242	Морс ягодный	180	0,22		24,93	102,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		350	8	6	72,42	357,2
Итого за день		1 490	51,2	69	229,5	1 672,5

Согласовано:



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



28.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,51	243,3
815,06	Бутерброд с маслом и повидлом (1)	40	1,62	8	16,91	143,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	10,77	18	67,48	466,9
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
5,01	Салат из свеклы отварной	50	0,68	3	6,49	52,3
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
661,16	Котлета Деревенская	70	18,77	48	42,3	691,8
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		675	35,45	65	153,56	1 349,5
<u>Полдник</u>						
450,05	Маффин ванильный_@	60	6,21	6	44,16	259,5
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		260	12,01	11	52,16	365,5
Итого за день		1 435	58,23	94	284,4	2 250,9

Согласовано:



Зав. И.В. Гроздков

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



29.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,73	6	27,06	190
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
919	Какао с молоком	180	5,09	6	18,07	171
Итого за Завтрак		410	15,01	15	55,42	449,7
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 023	Фрикасе из мяса птицы с соусом @	70	12,13	4	2,32	92,6
990	Рис припущенный с овощами	130	3,07	7	29,51	195,8
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		665	22,58	24	87,97	658,6
<u>Полдник</u>						
1 182	Манник	75	4,79	6	45,23	251,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		255	10,01	12	53,69	359,8
Итого за день		1 430	48	51	206,88	1 515,1



Согласовано:

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



30.01.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,41	7	22,7	180,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
686	Чай с лимоном_@	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Завтрак		400	10,14	13	48,46	350,2
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
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
907,01	Тефтели мясные с луком с соусом	70	10,66	8	9,31	176,3
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
932,01	Компот из изюма	180	0,41		9,12	95,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		665	26,28	20	91,74	695,5
Полдник						
334	Макаронные изделия запеченные с	100	6,68	6	24,31	171,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		300	8,82	7	55,37	285,7
Итого за день		1 465	45,24	40	206,77	1 400,4