

Согласовано

Директор образовательного учреждения

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

Утверждаю директор

(подпись)

(ФИО)

16.03.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,62	6	31,68	195,6
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,61	1	16,64	77,5
686	Чай с лимоном	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Завтрак		410	7,28	7	61,97	327
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	50	0,75	3	4,56	44,5
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
917,02	Компот из ягод	180	0,14		15,36	63,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		660	33,29	63	137,45	1 223,2
<u>Полдник</u>						
1 141,09	Печенье детское	70	5,25	7	39,67	284,9
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		250	10,47	13	48,13	392,9
Итого за день		1 420	51,04	83	258,75	2 012,1

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

Утверждаю директор



17.03.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыг	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	200	7,51	7	41,1	263,3
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		410	11,79	19	61,32	481,4
<u>Завтрак 2</u>						
920	Молоко кипяченое	100	2,9	3	4,7	60
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4,7	60
<u>Обед</u>						
834,01	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	50	0,61	5	4,79	67,4
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
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
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		655	22,86	20	69,62	536,2
<u>Полдник</u>						
1 190,03	Ватрушка с творогом	70	6,65	7	21,57	174,6
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		250	6,65	7	35,97	232,1
Итого за день		1 415	44,2	49	171,61	1 309,7

Согласовано

Директор образовательного учреждения

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю директор

О.Ю. Козырева

18.03.2026

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>						
302	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	200	8,64	9	43,92	293,4
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		410	14,06	13	68,61	461,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
833,01	Салат из отварной моркови с горошком	50	0,91	5	14,88	104
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
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		655	24,17	23	113,23	792,1
<u>Полдник</u>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,74	3	16,67	106,5
930	Напиток Ягодка.	180	0,11		13,36	55
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		350	4,99	4	46,69	218,3
Итого за день		1 515	43,22	40	239,73	1 540,7

Согласовано:

Директор образовательного учреждения

Утверждаю директор ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

19.03.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	160	16,12	18	5,22	244,2
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,62	8	16,91	143,5
14 539,27	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8
Итого за Завтрак		400	17,94	26	28,63	414,5
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3
<u>Обед</u>						
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 сметаной	180	2,95	5	13,38	112,1
5 859,01	Котлета из мяса кур Удачная	70	10,21	5	7,8	108,8
959	Рагу из овощей	130	2,78	6	18,39	136,3
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	21,27	21	95,75	628,4
<u>Полдник</u>						
775,01	Булочка сахарная	70	5,28	6	42,99	173,7
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
Итого за Полдник		250	5,38	6	64,48	262,9
Итого за день		1 400	44,99	53	198,66	1 379,1

Согласовано

Директор образовательного учреждения

ООО "Комбинат общественного питания"

Ю. Козырева

Утверждаю директор



20.03.2026

Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,6	6	32,67	206
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
919	Какао с молоком	180	5,09	6	18,07	171
Итого за Завтрак		420	16,37	18	62,85	493,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
1 841	Свекла отварная с маслом растительным	50	0,74	4	4,33	58
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	3,95	4	11,02	99
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
917,02	Компот из ягод	180	0,14		15,36	63,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	24,57	35	101,74	741,1
<u>Полдник</u>						
938,07	Булочка Ромашка	75	6,11	10	51,06	316,4
686	Чай с лимоном	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Полдник		255	6,16	10	64,71	370,3
Итого за день		1 425	47,1	63	240,5	1 673,5