

Согласовано:



Директор образовательного учреждения

И.В.Прохорова  
(ФИО)

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

20.04.2026

## 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
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
919	Какао с молоком	180	5,09	6	18,07	171
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>14,9</b>	<b>15</b>	<b>60,04</b>	<b>455,3</b>
<u>Завтрак 2</u>						
920	Молоко кипяченое	100	2,9	3	4,7	60
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>3</b>	<b>4,7</b>	<b>60</b>
<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
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>660</b>	<b>29,47</b>	<b>20</b>	<b>110,68</b>	<b>704,4</b>
<u>Полдник</u>						
1 181,01	Ватрушка с картофелем	75	0,58	1	22,44	101,8
930	Напиток Ягодка.	180	0,11		13,36	55
<b>Итого за Полдник</b>		<b>255</b>	<b>0,69</b>	<b>1</b>	<b>35,8</b>	<b>156,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 425</b>	<b>47,96</b>	<b>39</b>	<b>211,22</b>	<b>1 376,5</b>

Решетникова



Согласовано

Директор образовательного учреждения

И.В.Прохорова  
(ФИО)



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

21.04.2026

## 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	170	17,13	19	5,54	259,5
1 046	Бутерброд с повидлом	30	1,61	1	16,64	77,5
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
<b>Итого за Завтрак</b>		400	20,1	21	38,18	425,1
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,4		9,8	73,4
<u>Обед</u>						
833,01	Салат из отварной моркови с горошком	50	0,91	5	14,88	104
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	3,95	4	11,02	99
1 025,05	Жаркое по-домашнему из свинины	200	13,11	30	24,8	350,7
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
<b>Итого за Обед</b>		650	21,95	41	81,13	680,5
<u>Полдник</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	150	5,64	5	30,83	197,5
14 539,27	Чай с сахаром	180	0,18		5,85	24,1
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		350	7,96	6	53,34	278,4
<b>Итого за день</b>		1 500	50,41	68	182,45	1457,3

*И.В.Прохорова*

*О.Ю.Козырева*

Согласовано:



Директор образовательного учреждения

И.В.Прохорова  
(ФИО)

Утверждаю директор



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

22.04.2026

## 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>						
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	200	7,16	8	42,79	270,3
1 141,09	Печенье детское	30	2,25	3	17	122,1
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>12,11</b>	<b>14</b>	<b>71,85</b>	<b>472,5</b>
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>
<u>Обед</u>						
818,02	Салат из белокочанной капусты с луком и маслом растительным	50	0,88	3	4,97	47,1
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
1 161	Котлета Московская.	70	11,1	12	8,18	187,2
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
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>665</b>	<b>27,66</b>	<b>30</b>	<b>119,95</b>	<b>823</b>
<u>Полдник</u>						
775,01	Булочка сахарная	70	5,28	6	42,99	173,7
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>5,59</b>	<b>6</b>	<b>64,91</b>	<b>265,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 425</b>	<b>45,36</b>	<b>50</b>	<b>267,91</b>	<b>1 629,7</b>

*И.В.Прохорова*

*О.Ю.Козырева*



Согласовано:

Директор образовательного учреждения

И.В.Прохорова  
(ФИО)

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

23.04.2026

## 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
815	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,62	8	16,91	143,5
14 539,27	Чай с сахаром	180	0,18		5,85	24,1
Итого за Завтрак		420	7,53	14	49,82	357,6
<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>						
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
1 296,01	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	70	12,79	4	2,32	95,7
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
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	22,92	25	90	645
<u>Полдник</u>						
938,07	Булочка Ромашка	70	5,7	9	47,65	295,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Полдник		250	8,4	12	59,71	375,4
Итого за день		1 425	41,75	54	204,23	1 438

*И.В.Прохорова*

*О.Ю.Козырева*



Согласовано:

Директор образовательного учреждения

И.В.Прохорова  
(ФИО)



Утверждаю директор

О.Ю.Козырева

24.04.2026

## 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>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23	200,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
686	Чай с лимоном	180	0,05		13,65	53,9
<b>Итого за Завтрак</b>		410	7,64	16	47,04	392,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	50	0,63	8	3,73	85
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
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	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		655	20,88	28	77,5	694,1
<u>Полдник</u>						
769,12	Булочка домашняя	75	5,66	9	46,39	295,5
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
<b>Итого за Полдник</b>		255	10,88	15	54,85	403,5
<b>Итого за день</b>		1 420	39,4	59	190,59	1 558,7

*И.В.Прохорова*

*О.Ю.Козырева*