





Согласовано:

Директор образовательного учреждения

И.В.Прохорова

(ФИО)



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

05.05.2026

## 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

Согласовано:

Утверждаю директор

Директор образовательного учреждения

ООО "Комбинат общественного питания"

И.В.Прохорова  
(ФИО)

О.Ю.Козырева

06.05.2026

**Первоуральск ДОУ 3-7 л 161,24 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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>
<b><u>Полдник</u></b>						
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>

Согласовано

Директор образовательного учреждения

ООО "Комбинат общественного питания"

И.В.Прохорова  
(ФИО)

Утверждаю директор

О.Ю.Козырева

07.05.2026

## 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>420</b>	<b>7,53</b>	<b>14</b>	<b>49,82</b>	<b>357,6</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>						
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>655</b>	<b>22,92</b>	<b>25</b>	<b>90</b>	<b>645</b>
<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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>8,4</b>	<b>12</b>	<b>59,71</b>	<b>375,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 425</b>	<b>41,75</b>	<b>54</b>	<b>204,23</b>	<b>1 438</b>



Согласовано

Директор образовательного учреждения

И.В.Прохорова  
(ФИО)



Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

08.05.2026

## Первоуральск ДОУ 3-7л 161,24 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
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>		<b>410</b>	<b>7,64</b>	<b>16</b>	<b>47,04</b>	<b>392,1</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>
<b><u>Обед</u></b>						
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>		<b>655</b>	<b>20,88</b>	<b>28</b>	<b>77,5</b>	<b>694,1</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
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>		<b>255</b>	<b>10,88</b>	<b>15</b>	<b>54,85</b>	<b>403,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>39,4</b>	<b>59</b>	<b>190,59</b>	<b>1 558,7</b>