

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73

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

27.07.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,08	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 579	Печенье сахарное	51	3,83	5	37,94	207,6
Итого за Завтрак		411	12,9	16	75,3	497
Обед						
1 030,19	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
466	Биточек из свинины	70	9,85	16	5,5	207,5
824,04	Соус белый основной	30	0,87	1	1,46	21,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		640	23,35	28	98,69	735,19
Полдник						
1 488	Морковь отварная	95	1,2	4	6,25	68,4
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
925	Напиток апельсиновый	180	0,12		18,21	74
Итого за Полдник		395	5,63	8	50,25	295,2
Итого за день		1446	41,88	52	224,24	1527,39

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73

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

28.07.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 507,03	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	180	5,72	7	23,13	173,7
1 259,01	Масло сливочное	10	0,08	7	0,13	66,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	4	12,24	98,6
Итого за Завтрак		400	11,83	19	50,92	417
Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 545	Печень тушеная в сметанном соусе	80	10,18	7	2,91	119,3
1032	Каша гречневая вязкая	130	3,5	4	22,1	148,2
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	73,9
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		630	26,16	15	93,35	617,4
Полдник						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0,64	5	7,25	59,7
1 066	Сырники	75	13,52	8	17,04	201,4
903	Соус сладкий из повидла	30	0,04		10,02	39,2
1 577	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Полдник		355	21,56	19	52,61	450,5
Итого за день		1385	59,55	53	196,88	1484,9

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73



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

29.07.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 153,03	Суп молочный с крупой	180	8,86	8	37,53	264,7
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
686,03	Чай с лимоном	180			8,91	34,5
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		400	13,8	12	61,86	414,1
Обед						
124,16	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
1 196,03	Запеканка рисовая с мясом птицы	180	15,5	16	26,8	317,6
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
932,01	Компот из изюма	180	0,42	0	9,12	95,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
Итого за Обед		620	22,62	24	70,88	666,1
Полдник						
1 522	Винегрет овощной	60	0,82	4	5,06	56,9
1 011,05	Макаронные изделия отварные с овощами с маслом растительным	130	4,49	8	25,97	192,3
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Полдник		490	7,85	13	66,33	434,7
Итого за день		1510	44,27	49	199,07	1514,9

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73



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

30.07.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,8	4	0,28	62,8
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		430	16,12	16	53,06	430,8
Обед						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	4,4	12,2	110
1071	Рагу из птицы	170	15,24	7	16,4	208,3
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		600	24,81	13,4	74,69	534,69
Полдник						
518	Картофель отварной	100	0,3	2	2,43	143,2
1 107	Биточек рыбный	60	7,95	6	9,54	120,7
1 798	Кисель с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и	180			21,6	85,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Полдник		360	10,39	9	44,67	404,2
Итого за день		1390	51,32	38,4	172,42	1369,69

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73

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

31.07.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,1	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 508,02	Какао с молоком	180	3,68	4	15,35	105,9
Итого за Завтрак		400	12,16	12	62,57	397,8
Обед						
1 058,11	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	4,68	5	12,69	112,8
1 067	Суфле из птицы	70	11,11	5	9,06	121,6
857	Пюре гороховое	130	13,93	6	34,95	236,6
912	Компот из свежих яблок	180	0,1	0	21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		600	33,66	18	98,99	666,8
Полдник						
959	Рагу из овощей	130	2,78	6	18,39	136,3
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
770	Булочка дорожная	50	3,68	7	22,79	157,4
Итого за Полдник		380	8,6	14	66,68	405,9
Итого за день		1380	54,42	44	228,24	1470,5

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73

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

03.08.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,11	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	7,36	7,97	25,7	212,9
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
1 141,09	Печенье детское	51	3,83	5	28,9	207,6
Итого за Завтрак		411	11,19	12,97	69	477,9
Обед						
1016	Суп-пюре из овощей	180	2,57	4,67	12,54	145,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3	0,16	7,81	51
1 561	Суфле из печени	70	14,09	4,81	1,93	127,3
216	Картофель тушеный	130	2,8	7,94	19,98	189,4
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72	0	17,91	126
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Обед		420	21,45	14,75	60,62	745,5
Полдник						
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	150	10,03	10	36,46	291,7
976	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	73,3
686,03	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	13,65	69,36
Итого за Полдник		430	10,48	10,41	59,91	434,36
Итого за день		1261	43,12	38,13	189,53	1657,76

Технолог:

Согласовано:

Заведующий детского сада № 73

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

04.08.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1573,01	Суп молочный с вермишелью	180	5,18	4,69	16,95	228,3
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	4,05	12,24	98,6
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		400	13,9	12,74	44,61	441,8
Обед						
139,21	Суп картофельный с бобовыми	180	4,23	4	15,47	120
907	Тефтели мясные с соусом сметанный с томатом	70	7,84	4,45	6,85	177,6
512	Рис припущенный	130	12	7,25	32,11	200,2
928,1	Напиток из сухофруктов	180	1,56	0,41	35,86	115,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	16,66	82,2
Итого за Обед		610	30,54	18,46	116,65	747,4
Полдник						
1 107	Биточек рыбный	70	9,28	6,51	11,12	152,9
995	Пюре картофельное	130	2,82	4,37	19,09	127,4
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Полдник		400	14,24	11,88	55,71	392,5
Итого за день		1410	58,68	43,08	216,97	1581,7

Технолог:

Согласовано:

Заведующий детского сада № 73

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

05.08.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1111,12	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	180	6,19	6,83	25,3	237,9
1 259,01	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	75,2
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
686,03	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	13,65	69,36
Итого за Завтрак		400	8,57	15,09	54,5	461,06
Обед						
1 030,19	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	132,5
1191	Бигус	200	18,27	18,12	10,28	327,6
925	Напиток апельсиновый	180	0,12	0,03	18,21	112
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
Итого за Обед		610	25,24	25,15	67,67	706,1
Полдник						
1749	Чизкейк творожный	150	21,57	13,01	41,25	378,9
904	Соус молочный (сладкий)	30	0,59	2	4,03	42,6
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		360	22,16	15,01	59,68	478,9
Итого за день		1370	55,97	55,25	181,85	1646,06

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73

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

06.08.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,13	Каша (рис, гречка, пшено) молочная с маслом сливочным	180	6,93	8	27,81	229,1
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 508,02	Какао с молоком	180	4,41	4,5	18,07	191
Итого за Завтрак		400	16,28	16,5	61,3	535
Обед						
1 021,21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	134,3
1 216	Макаронник с мясом птицы	170	19,92	9	33,69	293,8
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	51
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	126
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Обед		600	26,27	18	84,27	711,7
Полдник						
1069	Суфле из рыбы	70	12,93	2,94	5,42	165,8
995,14	Пюре "Розовое"	130	2,83	4,37	19,09	127,4
14 539,27	Чай с сахаром	200			16	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Полдник		420	17,9	8,31	51,61	411,8
Итого за день		1420	60,45	42,81	197,18	1658,5

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73

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

07.08.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	6,76	6,54	36,99	237
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 577	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		400	14,27	12,54	66,11	436
Обед						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	237
1 572,02	Голубцы ленивые из птицы в соусе	70	5,2	3,33	7,46	115,2
995	Пюре картофельное	130	2,82	4,37	19,09	127,4
699,01	Напиток из сока	180			19,06	112,4
897	Хлеб пшеничный	20	1,7	1	9,7	51,8
1 148	Хлеб ржаной	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Обед		600	16,38	12,7	79,09	698,6
Полдник						
891	Омлет запеченный или паровой	120	14,12	13	4,89	208,8
1029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	80	1,35	5,5	7,53	122,4
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Полдник		400	17,61	19,5	37,92	443,4
Итого за день		1400	48,26	44,74	183,12	1578

Технолог: