

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 73

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,11	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	7,36	8	25,7	212,9
1 259,01	Масло сливочное	10	0,08	7	0,13	66,1
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
1 141,09	Печенье детское	34	2,55	3	19,27	138,4
<b>Итого за Завтрак</b>		404	9,99	18	59,5	474,8
<b>Обед</b>						
1 165,1	Суп из овощей	180	1,38	3	8,04	65,1
1 561	Суфле из печени	70	14,09	5	1,93	107,6
901	Соус красный основной	50	0,36	3	3,75	39,3
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	1,56		109,62	457,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Обед</b>		620	23,4	16	164,39	876,3
<b>Полдник</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	130	8,69	8	31,6	222,9
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
686,03	Чай с лимоном	180			8,91	34,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		440	16,67	19	87,54	487,9
<b>Итого за день</b>		1464	50,06	53	311,43	1839

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 73

ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,12	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	4	12,24	98,6
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		400	14,91	15	52,96	401,8
<b>Обед</b>						
139,21	Суп картофельный с бобовыми	180	4,23	4	15,47	120
1 565	Тефтели мясные	100	6,73	14	9,38	192
990	Рис припущенный с овощами	130	3,07	7	29,51	195,8
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	73,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Обед</b>		630	18,59	27	98,63	690,3
<b>Полдник</b>						
1 555	Тефтели рыбные тушеные	75	6,33	2	6,6	70,2
999	Капуста тушеная	130	3,42	5	16,21	120,9
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		405	11,89	8	53,87	305,3
<b>Итого за день</b>		1 435	45,39	50	205,46	1 397,4

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада №

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

04.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углево-			ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
<b>Завтрак</b>						
1 573,01	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,18	5	16,95	130,7
1 259,01	Масло сливочное	10	0,08	7	0,13	66,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
686,03	Чай с лимоном	180			8,91	34,5
<b>Итого за Завтрак</b>		400	6,76	13	38,49	309,5
<b>Обед</b>						
1 030,19	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
1 028	Колбаска витаминная	70	15,55	4	5,05	168
997	Картофель тушеный	130	0,41	1	3,68	27,8
925	Напиток апельсиновый	180	0,12		18,21	74
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Обед</b>		600	21,86	12	66,12	478,6
<b>Полдник</b>						
1 297	Запеканка из творога с рисом	170	18,96	16	27,53	332,6
904	Соус молочный (сладкий)	50	0,99	3	6,72	54,3
818,05	Салат из отварной моркови с яблоками	50	0,69	8	3,61	87,7
1 577	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		470	28	33	61,72	626,8
<b>Итого за день</b>		1 470	56,62	58	166,33	1 414,9

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 73

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

05.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углево-			ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
<b>Завтрак</b>						
1 111,13	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,93	8	27,81	209,7
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	3,68	4	15,35	105,9
<b>Итого за Завтрак</b>		400	15,55	16	58,58	430,5
<b>Обед</b>						
1 021,21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	89,6
1 216	Макаронник с мясом птицы	200	23,43	10	39,64	345,7
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
707	Сок натуральный	180			20,16	124,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Обед</b>		650	29,34	20	99,38	707,6
<b>Полдник</b>						
265	Рыба запеченная в молочном соусе	100	19,26	14	4,63	221,3
995,14	Пюре "Розовое"	100	2,17	3	14,69	98
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
<b>Итого за Полдник</b>		500	23,97	18	60,18	506,8
<b>Итого за день</b>		1 550	68,86	54	218,14	1 644,9

Технолог:

Согласовано:

Заведующий детским садом № 73

Утверждено: директор  
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

06.03.2026

## Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л. 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
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
<b>Итого за Завтрак</b>		400	10,61	12	56,36	392,6
<b><u>Обед</u></b>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые	210	15,61	10	22,39	242,1
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	1,56		109,62	457,7
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>		610	25,53	15	171,05	903,3
<b><u>Полдник</u></b>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	11	3,26	152,6
811	Горошек зеленый отварной	30	0,93		1,95	12
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		390	17,15	14	61,21	416
<b>Итого за день</b>		1 400	53,29	41	288,62	1 711,9

Технолог: