

Согласовано:
Заведующий детского сада №

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

02.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 1-3 **200 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	200 руб			ЭЦ ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	
Завтрак						
1 111,11	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150	6,14	7	21,41	177,4
1 259,01	Масло сливочное	10	0,08	7	0,13	66,1
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
1 141,09	Печенье детское	34	2,55	3	19,27	138,4
Итого за Завтрак		344	8,77	17	52,81	429,8
Обед						
1 165,1	Суп из овощей	150	1,15	3	6,7	54,2
1 561	Суфле из печени	50	10,06	3	1,38	76,9
901	Соус красный основной	30	0,21	2	2,25	23,6
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	150	1,3		91,35	381,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		520	18,73	13	142,73	742,7
Полдник						
23,9	Икра овощная морковная	30	0,3	1,7	4,3	23,8
334	Макаронные изделия запеченные с сыром	110	7,35	7	26,74	188,6
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
686,03	Чай с лимоном	150			7,43	28,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		370	15,03	12,7	81,8	423,1
Итого за день		1234	42,53	42,7	277,34	1595,6

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73

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

03.03.2026

Каменск-Уральский Яс 1-3 **200 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	200 руб			ЭЦ ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	
Завтрак						
1 111,12	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,5	6	22,49	167,4
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	150	3,15	3	10,2	82,2
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		350	13,59	13	48,11	364,5
Обед						
139,21	Суп картофельный с бобовыми	150	3,53	3	12,89	100
1 565	Тефтели мясные	80	5,38	11	7,51	153,6
990	Рис припущенный с овощами	110	2,6	6	24,97	165,7
1 547,01	Напиток из шиповника	150	0,6		14,93	61,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		530	15,95	22	86,66	589,5
Полдник						
1 555	Тефтели рыбные тушеные	60	5,06	2	5,28	56,2
999	Капуста тушеная	110	2,9	4	13,72	102,3
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		340	10,1	7	47,66	263,2
Итого за день		1 220	39,64	42	182,43	1 217,2

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73



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



04.03.2026

Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 573,01	Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,6	4	15,07	116,2
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	150			7,43	28,7
Итого за Завтрак		350	6,18	12	35,13	289,2
Обед						
1 030,19	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,62	4	10,68	83,5
1 028	Колбаска витаминная	50	11,11	3	3,61	120
997	Картофель тушеный	110	0,35	1	3,11	23,5
925	Напиток апельсиновый	150	0,1		15,18	61,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		500	17,02	10	58,94	397,3
Полдник						
1 297	Запеканка из творога с рисом	130	14,5	12	21,05	254,3
904	Соус молочный (сладкий)	30	0,59	2	4,03	32,6
818,05	Салат из отварной моркови с яблоками	40	0,55	6	2,89	70,2
1 577	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		370	22,13	25	50,63	493,4
Итого за день		1 220	45,33	47	144,7	1 179,9

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 73



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



05.03.2026

Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,13	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	160	6,16	7	24,72	186,4
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	150	3,07	3	12,79	88,3
Итого за Завтрак		350	14,17	14	52,93	389,6
Обед						
1 021,21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,14	4	8,21	74,7
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	23,7
707	Сок натуральный	150			16,8	103,5
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		540	25,32	17	87,08	604,3
Полдник						
265	Рыба запеченная в молочном соусе	70	13,48	10	3,24	154,9
995,14	Пюре "Розовое"	80	1,74	3	11,75	78,4
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Полдник		420	17,76	14	53,45	411,3
Итого за день		1 310	57,25	45	193,46	1 405,2

Технолог:

Согласовано:

Заведующий детского сада № 73



Утверждаю: директор
ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

"Комбинат
общественного
питания"

06.03.2026

Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,5	6	22,49	167,4
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	150	2,4	4	10,05	84,2
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		350	9,44	11	51,54	354,8
<u>Обед</u>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	150	3,77	2	10,57	79,1
1 572	Голубцы ленивые	160	11,89	8	17,06	184,4
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	150	1,3		91,35	381,4
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		500	20,8	12	145,34	753,5
<u>Полдник</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	80	8,06	9	2,61	122,1
1488	Морковь отварная	30	0,38	1,2	1,97	24
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		340	15,13	12	58,16	376
Итого за день		1 190	45,37	35	255,04	1 484,3

Технолог:

[Handwritten signature]