

Согласовано
Заведующий детского сада № 73
Детский сад № 73
Каменская область, г. Каменск-Уральский, Школьное объединение образовательных учреждений № 3

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева
10.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
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	100	12,73	9	3,64	149,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	73,9
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		640	32,22	18	114,12	720,3
Полдник						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	30	0,39	3	4,35	35,8
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
903	Соус сладкий из повидла	30	0,04		10,02	39,2
1 577	Кисломолочный продукт	180	4,35	4	6	79,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		200	17,74	5	22,66	136,3
Итого за день		1240	61,79	42	187,7	1273,6

Технолог:

Согласовано
Заведующий детского сада № 73
Детский сад № 73
Каменская область, г. Каменск-Уральский, Школьное объединение образовательных учреждений № 3

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю. Козырева
11.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
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						
1 033	Свекольник со сметаной	180	2,07	2	17,03	98,4
1 196,03	Запеканка рисовая с мясом птицы	180	15,5	16	26,8	317,6
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
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		630	22,39	23	93,29	646,49
Полдник						
1 522	Винегрет овощной	50	0,68	3	4,22	47,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
157,6	Булочка домашняя	50	3,77	6,25	30,93	197
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		230	6,99	10,25	76,01	431,9
Итого за день		1260	43,18	45,25	231,16	1492,49

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детским садом №73



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

12.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углево-			ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
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	180	3,95	4	11,02	99
1071	Рагу из птицы	200	17,93	8,6	19,3	245,1
699,01	Напиток из сока	180			19,06	76,4
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		600	25,72	14,6	75,74	529,1
Полдник						
5,01	Салат из свеклы отварной	70	0,95	4,2	9,08	73,22
1 107	Биточек рыбный	60	7,95	6	9,54	120,7
932,01	Компот из изюма	180	0,41	0,18	9,1	95,45
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		330	11,45	11,38	44,38	346,17
Итого за день		1360	53,29	41,98	173,18	1306,07

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детским садом №73



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

13.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р

№	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углево-			ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
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		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
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
857	Пюре гороховое	130	13,93	6	34,95	236,6
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
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		650	34,54	21	106,16	701,49
Полдник						
1 133	Макаронные изделия запеченные с яйцом	100	4,66	6	17,26	146,1
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		210	5,02	4	33,88	86,5
Итого за день		1260	51,72	37	202,61	1185,79

Технолог: