

Согласовано

КОПИЯ ВЕРНА
Ковалева Г.В.

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

С.Ю.Козырева

20.10.2025

Березовский ДОУ 3-7 л 199,76

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	180	6,76	7	36,99	237
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		390	10,95	10	61,68	383,2
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
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
1 071,04	Рагу с мясом свинины @	170	2,6		23,19	279,2
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		580	9,81	8	78,08	594,9
<u>Полдник</u>						
961	Омлет с капустой	120	9,13	10	20,12	214,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
Итого за Полдник		320	11,27	11	45,22	328,7
Итого за день		1 390	32,03	29	196,18	1 354,3



КОПИЯ ВЕРНА
Ковалева Г.В.



21.10.2025

Березовский ДОУ 3-7 л 199,76

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
1 110,04	Кофейный напиток без молока	180	3,45	4	12,94	136,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
Итого за Завтрак		390	11,09	21	47,01	474,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	180	2,95	5	13,38	112,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 061	Фрикадельки из мяса птицы	70	8,98	6	5,98	154,5
857	Пюре гороховое	120	12,86	5	32,27	218,4
705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	180	0,29		22	91,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		600	30,61	19	96,75	711
<u>Полдник</u>						
941	Сдоба обыкновенная	50	4,73	2	29,58	148,1
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	9,08	7	36,63	238,1
Итого за день		1 290	50,78	47	191,59	1 470,7



Согласовано:

КОПИЯ ВЕРНА
Ковалева Г.В.



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

22.10.2025

Березовский ДОУ 3-7 л 199,76

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20	127,8
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		390	8,71	8	44,69	295,7
<u>Завтрак 2</u>						
976,03	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	40	0,32		1,12	6
1 777	Суп Шахтерский с гречневой крупой со сметаной	180	5,95	3	32,93	186,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 086	Котлета рыбная запеченная с маслом	70	7,57	5	5,06	100,8
512	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	146,9
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		620	21,87	15	108,42	664,1
<u>Полдник</u>						
1 066,01	Сырники @	70	4,9	4	10,67	105,5
1 142	Повидло	20	0,08		13	50
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		270	4,98	4	38,07	213
Итого за день		1 380	35,96	27	200,98	1 219,8



КОПИЯ ВЕРНА
Ковалева Г.В.

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



23.10.2025

Березовский ДОУ 3-7 л 199,76

№ 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	180	5,16	6	24,35	179,7
483	Чай с лимоном	180	0,08		13,64	71,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
Итого за Завтрак		385	6,56	14	44,79	366,5
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	40	0,7	2	3,96	37,4
1 181	Суп из разных овощей со сметаной	180	1,43	3	7,67	104,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 054	Котлета Детская мясная	70	11,19	19	8,31	249,7
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	3	30,3	174,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		655	24,11	31	94,03	796,1
<u>Полдник</u>						
938	Ватрушка с повидлом	60	3,83	3	40,28	197,6
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Полдник		210	4,85	4	52,28	263,6
Итого за день		1 350	35,52	49	202,3	1 473,7



КОПИЯ ВЕРНА
Ковалева Г.В.

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



24.10.2025

Березовский ДОУ 3-7 л 199,76

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,51	243,3
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,88	1	19,42	90,4
Итого за Завтрак		395	8,33	8	72,33	391,2
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
835	Помидоры порционно	40	0,44		1,56	9,6
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
1 076,01	Печень, тушеная в томатном соусе	70	7,57	7	3,72	124,2
998	Каша гречневая рассыпчатая	120	7,46	5	38,9	227,7
912	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		635	22,5	20	98,93	671,3
<u>Полдник</u>						
1 141,09	Печенье детское @	35	2,63	3	19,83	142,5
1 604	Кисломолочный напиток	180	5,22	5	7,2	90,9
Итого за Полдник		215	7,85	8	27,03	233,4
Итого за день		1 345	38,68	36	209,49	1 343,4