



Согласовано:

заведующий

Н.А. Посохина

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева



30.01.2025 (четверг)

Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 186,35 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972	Омлет натуральный	165	12,2	11	14,05	242,3
815	Бутерброд с маслом и повидлом	35	1,54	4	18,54	102,6
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
Итого за Завтрак		400	13,74	15	47,56	404,8
<u>Завтрак 2</u>						
701,01	Напиток яблочный*	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
<u>Обед</u>						
5,01	Салат из свеклы отварной	50	0,68	3	6,49	52,3
1 039,02	*Суп с вермишелью и мясом кур	180	1,74	2	12,55	72,6
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03	118,1
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
633,02	Компот из яблок и ягод	180	0,28		27,72	115,5
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Обед		650	17,99	20	92,6	640,7
<u>Полдник</u>						
1 739	Бигус с мясным фаршем	60	5,48	5	3,08	82,3
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
Итого за Полдник		260	7,26	6	29,81	205,9
Итого за день		1 410	39,04	41	183,17	1 305,2