

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

На 12 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
6,48	6,30	24,35	228,60	257	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180
2,69	3,00		36,30	97	Сыр (порциями)	10
1	1	14,40	79,20	413	Чай с молоком	180
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
11,90	11,30	51,25	422,30		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л 10 ч.						
0,69	8,00	3,61	87,70	818,05	Салат из отварной моркови с яблоками "Нежный"	50
5,55	2,00	16,26	102,00	1049	Суп-пюре из гороха	180
1,30		7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10
9,56	16,00	6,44	212,20	306	Биточки паровые	70
5,50	4,00	32,82	189,30	332	Макаронные изделия отварные с маслом	130
0,31		21,92	91,50	394	Компот из смеси сухофруктов	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
26,75	32,00	115,22	831,30		Итого за обед:	660
Полдник ДОУ 3-7 л 10 ч.						
4,01	6,00	23,95	164,20	1173	Котлета картофельная с морковью	100
1,19	3,00	8,06	65,20	904	Соус молочный	60
5,65	7,00	20,08	190,00	919	Какао с молоком	200
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
12,99	17,00	68,75	476,20		Итого за полдник:	380
51,64	60,30	235,22	1729,80		Итого за день:	1440

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

на 13 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
6,85	5,00	28,52	201,00	235,05	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
0,08	7,00	0,13	66,10	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10
0,05		14	53,90	686	Чай с лимоном	180
8,48	13,00	54,80	399,20		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
3,95	4,00	11,02	99,00	113	Суп-лапша на курином бульоне	180
9,28	7,00	11,12	140,90	364	Биточек рыбный	70
3,42	5,00	16,21	120,90	999	Капуста тушеная	130
0,61		25	115,80	735	Напиток из плодов шиповника	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
21,10	18,00	89,57	585,20		Итого за обед:	600
Полдник ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
16,72	14,11	24,29	293,40	1297	Запеканка из творога с рисом	150
0,04		10,02	39,20	903	Соус сладкий из повидла	30
		21,60	85,50	504	Кисель с витаминами "Витошка" для детей дошкольного	180
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
18,90	15,11	72,57	474,90		Итого за полдник:	380
48,48	46,11	216,94	1459,30		Итого за день:	1380

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

на 14 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
6,47	7,00	28,61	218,30	262	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180
1,23	1,00	14,40	79,20	413	Чай с молоком	180
2,69	3,00		36,30	97	Сыр (порциями)	10
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
11,89	12,00	55,51	412,00		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
0,48	3,00	4,14	64,00	570	Маринад овощной	50
1,37	4,00	6,58	95,40	124	Ши из свежей капусты с картофелем со сметаной	180
8,17	5,00	0,07	149,40	866	Суфле из печени	70
3,07	7,00	29,51	195,80	297	Рис припущенный с овощами	130
0,10		21,49	89,20	631	Компот из свежих яблок	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
17,03	21,00	88,15	702,40		Итого за обед:	650
Полдник ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
6,41	5,00	4,27	110,40	1061	Фрикадельки из мяса птицы	50
0,28	1,00	1,35	15,80	331	Соус сметанный с томатом	20
3,75	4,00	26,78	159,94	297	Каша перловая рассыпчатая	120
		9,87	53,90	685	Чай с сахаром	180
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
12,58	11,00	58,93	396,84		Итого за полдник:	390
41,50	44,00	202,59	1511,24		Итого за день:	1440

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

на 15 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
5,16	6,00	24,35	171,00	257	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180
2,70	3,00	12,06	80,10	467	Кофейный напиток	180
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
0,08	7,00	0,13	66,10	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10
9,44	17,00	49,04	395,40		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
2,07	2,00	17,03	98,40	1033	Свекольник со сметаной	180
15,55	4,00	5,05	168,00	1028	Колбаска витаминная	70
2,82	4,00	19,09	127,40	312	Пюре картофельное	130
0,31		21,92	91,50	394	Компот из смеси сухофруктов	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
24,59	12,00	89,45	593,90		Итого за обед:	600
Полдник ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
3,77	4,00	30,71	124,10	775	Булочка сахарная	50
		1,10	6,00	685	Чай с сахаром	160
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
0		11,76	56,40	976,04	Фрукты свежие	120
5,95	5,00	53,27	238,30		Итого за полдник:	350
39,98	34,00	191,76	1 227,60		Итого за день:	1350

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

на 16 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
5,41	7,00	22,70	180,20	851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180
1,23	1,00	14,40	79,20	413	Чай с молоком	180
2,69	3,00		36,30	97	Сыр (порциями)	10
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
10,83	12,00	49,60	373,90		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
0,60	7,00	3,70	48,50	8,13	Икра кабачкова пром.производства	50
1,38	3,00	8,04	65,10	135	Суп из овощей	180
0,13	1,00	0,17	10,30	986	Сметана	5
15	11	3,71	177,00	265	Рыба запеченная в молочном соусе	80
5,66	5,00	24,22	148,00	1032	Каша гречневая вязкая	130
		20,16	124,20	707	Сок натуральный	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
27,02	29,00	86,36	681,70		Итого за обед:	665
Полдник ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
4,14	8,00	23,97	177,52	517	Макаронные изделия отварные с овощами (морковь, лу)	120
1,23	1,00	14,40	79,20	413	Чай с молоком	180
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
7,51	10,00	55,03	313,52		Итого за полдник:	320
45,36	51,00	190,99	1 369,12		Итого за день:	1385

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

на 19 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
9,42	6,00	16,82	198,20	1284	Суп молочный с вермишелью	200
0,08	7,00	0,13	66,10	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10
		9,87	53,90	685	Чай с сахаром	180
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
11,00	14,00	39,32	396,40		Итого за завтрак:	420
Обед ДОУ 3-7 л 10 ч.						
4,23	4,00	15,47	120,00	139	Суп картофельный с бобовыми	180
12,93	3,00	5,42	113,20	1069	Суфле из рыбы	70
3,07	7,00	29,51	195,80	297	Рис припущенный с овощами	130
0,61		24,86	115,80	735	Напиток из плодов шиповника	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
24,68	16,00	101,62	653,40		Итого за обед:	600
Полдник ДОУ 3-7 л 10 ч.						
7,64	6,00	2,18	89,50	1545	Печень тушеная в сметанном соусе	60
5,22	4,00	22,36	136,60	1032	Каша гречневая вязкая	120
0,08		17,91	74,30	631	Компот из свежих яблок	150
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
14,64	11,00	52,15	352,20		Итого за полдник:	350
50,32	41,00	193,09	1402,00		Итого за день:	1370

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

На 20 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
5,75	7,00	30,49	207,20	854	Каша манная жидкая молочная с малом сливочным	200
2,69	3,00		36,30	97	Сыр (порциями)	10
0		13,68	55,80	686	Чай с лимоном	180
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
10,06	11,00	56,67	377,50		Итого за завтрак:	420
Обед ДОУ 3-7 л 10 ч.						
1,49	3,00	19,79	41,70	819,02	Горошек зеленый отварной	50
2,07	2,00	17,03	98,40	1033	Свекольник со сметаной	180
10,05	9,00	7,85	146,30	15,9	Фрикадельки мясные в соусе	70
2,82	4,00	19,09	127,40	312	Пюре картофельное	130
0,31		21,92	91,50	394	Компот из смеси сухофруктов	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
20,58	20,00	112,04	613,90		Итого за обед:	650
Полдник ДОУ 3-7 л 10 ч.						
7,47	6,00	30,03	207,00	1003	Макаронные изделия отварные с сыром	130
1,23	1,00	14,40	79,20	413	Чай с молоком	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
10,40	8,00	54,13	338,00		Итого за полдник:	330
41,04	39,00	222,84	1329,40		Итого за день:	1400

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

На 21 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
6,47	7,00	28,61	218,30	262	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180
		9,87	53,90	685	Чай с сахаром	180
0		6,50	25,00	1142	Повидло	10
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
8,01	8,00	57,48	375,40		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л 10 ч.						
0,76	6,00	4,68	75,50	1112,01	Винегрет овощной без соленого огурца	50
1,83	5,00	12,44	98,40	1058	Суп крестьянский с крупой, сметаной	180
12,56	1,00	6,02	83,10	1544	Фрикадельки из птицы	70
3,42	5,00	16,21	120,90	999	Капуста тушеная	130
0,61		24,86	115,80	735	Напиток из плодов шиповника	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
23,02	19,00	90,57	602,30		Итого за обед:	650
Полдник ДОУ 3-7 л 10 ч.						
2,94	7,00	23,03	125,90	770	Булочка дорожная	40
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
		10,97	59,90	685	Чай с сахаром	200
0,40		9,80	47,00	976,04	Фрукты свежие	100
5,48	8,00	60,46	289,60		Итого за полдник:	360
36,51	35,00	208,51	1267,30		Итого за день:	1410

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

На 22 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
6,48	8,00	30,24	216,00	823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180
		14,40	57,50	685	Чай с сахаром	180
2,69	3,00		36,30	97	Сыр (порциями)	10
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
10,67	12,00	57,14	388,00		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л 10 ч.						
0,64	1,00	14,92	74,90	1027	Салат из отварной моркови с изюмом	50
3,95	4,00	11,02	99,00	113	Суп лапша на курином бульоне	180
14,65	5,00	8,57	142,60	255	Биточек из курицы	70
3,07	7,00	29,51	195,80	297	Рис припущенный с овощами	130
		19,06	76,40	699,01	Напиток из сока	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
26,15	19,00	109,44	697,30		Итого за обед:	650
Полдник ДОУ 3-7 л 10 ч.						
19,47	12,00	20,82	274,50	1073	Пудинг творожно-манный	130
1,62		9,76	48,40	894,01	Хлеб пшеничный	20
1,02	1	12,00	66,00	413	Чай с молоком	150
0,04		10,02	39,20	903	Соус сладкий из повидла	30
22,15	13,00	52,60	428,10		Итого за полдник:	330
58,97	44,00	219,18	1513,40		Итого за день:	1380

Технолог:

Согласовано:
Заведующий образовательного учреждения

Утверждаю,
Директор филиала г. Каменска-Уральского
ООО "Комбинат Общественного Питания"
Е.М. Ушаков

На 23 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.						
5,41	7,00	22,70	180,20	851	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180
		9,87	53,90	685	Чай с сахаром	180
0,08	7,00	0,13	66,10	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30
6,99	15,00	45,20	378,40		Итого за завтрак:	400
Обед ДОУ 3-7 л 10 ч.						
1,94	5,00	12,82	100,20	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	180
8,17	5,00	0,07	149,40	866	Суфле из печени	70
5,50	4,00	32,82	189,30	332	Макаронный изделия отварные с маслом	130
0,31		21,92	91,50	394	Компот из смеси сухофруктов	180
1,70	1,00	9,70	51,80	1148	Хлеб ржаной	20
2,14	1,00	16,66	56,80	897	Хлеб пшеничный	20
19,76	16,00	93,99	639,00		Итого за обед:	600
Полдник ДОУ 3-7 л 10 ч.						
9,90	11,00	21,80	232,20	1073	Омлет с капустой	130
3,21	1,00	24,99	85,20	897	Хлеб пшеничный	30
		8,23	44,90	685	Чай с сахаром	150
0,60	1,00	55,02	362,30	976,04	Фрукты свежие	150
13,71	13,00	110,04	724,60		Итого за полдник:	460
40,46	44,00	249,23	1742,00		Итого за день:	1460

Технолог:

