Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Широканова

21.04.2025 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,98	8	23,58	216
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
	Итого за Завтрак	410	10,73	13	49,28	394,2
	Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
	Обед					
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	12,79	92,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	70	5,44	7	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,61	3	33,55	184,4
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,05		34,2	83,3
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	640	17,8	18	111,15	651,3
	Полдник					
1 073	Пудинг творожно-манный	150	12,47	9	14,94	205,5
1 142	Повидло	10	0,01		1,64	6,8
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Полдник	360	14,4	9	36,65	321,5
	Итого за день	1 510	42,93	40	208,28	1 414,5

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Широканова

21.04.2025 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,43	7	20,96	192
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
97	Сыр (порциями)	5	1,35	1		18,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
	Итого за Завтрак	365	8,71	10	45,06	343,2
	Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
	Обед					
1 175	Рассольник домашний со сметаной	150	1,43	4	9,59	69,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	50	3,89	5	7,99	121,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	2	28,39	156
1 318	Кисель витаминизированный	150	0,04		28,5	69,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	515	14,37	14	91,22	523
	Полдник					
1 073	Пудинг творожно-манный	130	10,81	8	12,95	178,1
1 142	Повидло	10	0,01		1,64	6,8
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Полдник	310	12,74	8	33,02	285,1
	Итого за день	1 290	35,82	32	180,5	1 179,8

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Широкова
22.04.2025 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	30	1,88	6	12,41	113,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	4,35	6	12,94	136,8
	Итого за Завтрак	390	12,29	20	51,26	449,4
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,81	60,3
	Обед					
999	Капуста тушеная	40	0,69	1	4,86	31,5
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,97	2	14,04	85
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 699,05	Фигурки рыбные_@	50	7,32	11	3,62	139,6
995	Пюре картофельное	130	2,87	7	23,55	182
699	Напиток лимонный	180	0,13		17,49	83,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,25	25,9
	Итого за Обед	640	17,65	23	81,22	630,5
	Полдник					
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14	169,5
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
	Итого за Полдник	250	3,19	4	41,11	229,4
	Итого за день	1 380	33,47	47	186,4	1 369,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Широкова
22.04.2025 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	25	1,56	5	10,34	94,4
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
	Итого за Завтрак	355	11,25	18	47,03	407,7
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,81	60,3
	Обед					
999	Капуста тушеная	30	0,52	1	3,65	23,6
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	10,53	63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 699,05	Фигурки рыбные_@	50	7,32	11	3,62	139,6
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
699	Напиток лимонный	150	0,11		14,57	69,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	525	16	22	57,89	546,2
	Полдник					
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14	169,5
828	Чай с сахаром_@	180			9,87	53,9
	Итого за Полдник	230	3,19	4	40,01	223,4
	Итого за день	1 210	30,78	44	167,74	1 237,6

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Широкова

23.04.2025 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	5	32,51	218,3
828	Чай с сахаром_@	200			10,91	59,9
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
	Итого за Завтрак	410	10,66	8	53,71	366,9
	Завтрак 2					
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	73,3
	Обед					
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	16,5
1 033	Свекольник со сметаной	180	2,07	2	17,03	98,4
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9	11,19	170,4
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
512	Рис припущенный	130	2,64	3	21,58	135,
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,32		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	645	19,82	16	94,24	633,8
	Полдник					
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
1 142	Повидло	10	0,01		1,64	6,8
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	Итого за Полдник	260	16,19	13	24,58	287,
	Итого за день	1 415	47,07	37	182,39	1 413,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Широкова

23.04.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	5	28,89	194,1
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
828	Чай с сахаром_@	180			9,87	53,9
	Итого за Завтрак	365	9,24	8	47,4	321,9
	Завтрак 2					
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	73,3
	Обед					
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		3	16,5
1 033	Свекольник со сметаной	150	1,73	2	14,19	82
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	50	7,78	6	7,99	121,7
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
512	Рис припущенный	110	2,24	2	18,26	115,4
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	540	15,38	12	70,84	501,3
	Полдник					
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
1 142	Повидло	10	0,01		1,64	6,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,5	90
	Итого за Полдник	210	14,74	12	22,68	257,4
	Итого за день	1 215	39,76	32	150,74	1 213,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
В.А. Шишкина

24.04.2025 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 284	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	6	19,82	198,2
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	30	1,88	6	12,41	113,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	4,35	6	13,94	136,8
	Итого за Завтрак	410	15,65	18	46,17	448,3
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,81	60,3
	Обед					
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		1	16,2
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	19,1	108,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,61	40
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	176,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,86	11,1
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	145,2
828	Чай с сахаром @	180			6,57	53,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,97	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		1,55	26,9
	Итого за Обед	675	26,72	18	85,97	654,3
	Полдник					
892	Омлет с картофелем 150	70	4,78	5	6,35	85,3
699	Напиток лимонный	180	0,13		17,49	85,7
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,83	26,9
	Итого за Полдник	270	6,83	6	21,44	238,3
	Итого за день	1 455	49,54	42	179,39	1 451,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
В.А. Шишкина

24.04.2025 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 207 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 284	Суп молочный с вермишелью	170	8	5	16,99	168,5
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	25	1,56	5	10,34	94,4
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	11,62	114
	Итого за Завтрак	345	13,19	15	38,94	376,9
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,81	60,3
	Обед					
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	10,58	81,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	50	8,48	7	6,86	126,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,86	11,1
1 032	Каша гречневая вязкая.	130	3,5	4	22,1	145,2
828	Чай с сахаром @	150			5,48	44,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,78	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		1,55	26,9
	Итого за Обед	525	20,1	13	63,91	513,4
	Полдник					
892	Омлет с картофелем 150	60	4,1	5	5,58	85,7
699	Напиток лимонный	150	0,11		14,57	65,5
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,83	26,9
	Итого за Полдник	230	6,13	5	30,33	206,5
	Итого за день	1 200	39,76	33	146,65	1 152,5

Согласовано:

Утверждаю

ООО "Азбука питания"

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод. г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,73	7	29,4	169,1
919	Какао с молоком	180	7,09	6	15,07	171
810	Бутерброд с сыром	30	4,1	3	10,29	88,7
	Итого за Завтрак	390	18	16	54,76	428,8
	Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100	1		11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
	Обед					
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,85		1,95	12
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	200	3,08	6	17,4	123
1 699,05	Фигурки рыбные_@	50	7,32	11	5,82	139,6
901	Соус красный основной	30	0,3	1	1,5	15,7
995	Пюре картофельное	130	2,6	5	20,35	162
912	Компот из свежих яблок	180	0,18		21,42	85,2
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,47	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,83		4,86	23,9
	Итого за Обед	645	17,5	24	85,77	632,4
	Полдник					
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,4	196,8
920	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	120
	Итого за Полдник	260	10,96	10	44,85	316,8
	Итого за день	1 395	47,16	52	196,53	1 424,5

Согласовано:

Утверждаю

ООО "Азбука питания"

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод. г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	5,61	6	24,5	140,9
919	Какао с молоком	180	7,09	6	15,07	171
810	Бутерброд с сыром	25	3,42	3	8,57	73,9
	Итого за Завтрак	355	16,18	15	48,07	385,8
	Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100	1		11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
	Обед					
811	Горошек зеленый консервированный	20	0,57		1,3	8
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4	13,05	92,3
1 699,05	Фигурки рыбные_@	50	7,32	11	5,82	139,6
901	Соус красный основной	20	0,2	1	1,0	10,5
995	Пюре картофельное	110	2,2	4	17,22	137
912	Компот из свежих яблок	150	0,15		17,85	71,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,78	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,83		4,86	23,9
	Итого за Обед	530	16,68	20	72,88	539,4
	Полдник					
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,4	196,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,2	90
	Итого за Полдник	210	9,51	9	42,6	286,8
	Итого за день	1 195	42,37	44	174,75	1 259,5