Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Ширяканова
16.06.2025 (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					
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,18		12,68	59,9
	Итого за Завтрак 2	100	0,18		12,68	59,9
	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
959	Рагу из овощей	150	3,21	7	21,22	157,3
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	15,28	21	97,66	613,1
	Полдник					
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	8,18	7	27,23	202,3
828	Чай с сахаром_@	180			9,87	53,9
	Итого за Полдник	350	8,18	7	37,1	256,2
	Итого за день	1 500	34,37	41	196,72	1 323,4

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Ширяканова
16.06.2025 (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					
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,18		12,68	59,9
	Итого за Завтрак 2	100	0,18		12,68	59,9
	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
959	Рагу из овощей	130	2,78	6	18,39	136,3
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	12,28	17	80,06	492,2
	Полдник					
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	7,22	6	24,02	178,5
828	Чай с сахаром_@	150			8,23	44,9
	Итого за Полдник	300	7,22	6	32,25	223,4
	Итого за день	1 280	28,39	33	170,05	1 118,7

Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Ширсканова
17.06.2025 (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	7,44	8	37,36	255,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	4,35	6	12,94	136,8
	Итого за Завтрак	390	13,37	22	60,71	510,5
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,82	60,3
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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
512	Рис припущенный	130	2,64	3	21,68	195,4
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	630	17,09	22	76,71	641,5
	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	1 370	33,99	48	191,35	1 441,7

Согласовано

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Ширсканова
17.06.2025 (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	7,44	8	37,36	255,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
	Итого за Завтрак	355	12,39	20	56,81	467,9
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,82	60,3
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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
512	Рис припущенный	110	2,24	2	18,34	165,4
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	15,65	21	64,87	563,1
	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	31,57	45	174,51	1 314,7

Согласовано

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

18.06.2025 (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	32,21	218,3
828	Чай с сахаром_@	200			10,97	59,9
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
	Итого за Завтрак	410	10,66	8	53,47	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					
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	2,73	5	12,49	106,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9	11,19	170,4
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75	7,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,55	9	34,53	208,7
928	Компот из смеси сухофруктов	80	0,32		22,82	107,7
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	26,16	26	101,99	722,6
	Полдник					
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	Итого за Полдник	260	16,22	13	29,44	305,6
	Итого за день	1 410	53,44	47	194,7	1 468,4

Согласовано

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

18.06.2025 (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	28,63	194,1
828	Чай с сахаром_@	180			9,87	53,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
	Итого за Завтрак	365	9,24	8	47,07	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					
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	2,27	4	10,41	88,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,54	8	29,22	176,6
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		19,02	89,8
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	545	21,06	21	85,68	599,8
	Полдник					
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
	Итого за Полдник	210	14,77	12	27,09	275,6
	Итого за день	1 220	45,47	41	169,64	1 270,6

Согласовано:

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

19.06.2023 (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	16,82	198,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	4,35	6	12,94	136,8
	Итого за Завтрак	410	15,35	20	40,17	453,5
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,82	60,3
	Обед					
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,06	113,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
1 126	Соус томатный	15	0,09		0,87	8,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,51	3	33,12	183,7
828	Чай с сахаром_@	180			9,87	53,9
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	670	28,73	16	98,4	680
	Полдник					
892	Омлет с картофелем 150	70	4,79	7	6,77	109,6
699	Напиток лимонный	180	0,13		17,49	83,7
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Полдник	270	6,84	7	34,46	248,6
	Итого за день	1 450	51,26	43	185,85	1 442,4

Согласовано:

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

19.06.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
1 284	Суп молочный с вермишелью	170	8	5	14,29	168,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
	Итого за Завтрак	345	12,95	17	33,74	381,2
	Завтрак 2					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		12,82	60,3
	Обед					
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
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	127,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,11	3	30,57	169,6
828	Чай с сахаром_@	150			8,23	44,9
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	21,98	14	79,82	541,7
	Полдник					
892	Омлет с картофелем 150	60	4,1	6	5,8	93,9
699	Напиток лимонный	150	0,11		14,57	69,8
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Полдник	230	6,13	6	30,57	219
	Итого за день	1 200	41,4	37	156,95	1 202,2

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Ширяканова
20.06.2025 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,73	7	24,4	169,1
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
	Итого за Завтрак	390	18	16	52,76	428,8
	Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	200	3,28	6	14,74	123
1 699,05	Фигурки рыбные_@	50	7,32	11	3,62	139,6
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
512	Рис припущенный	130	2,64	3	21,68	195,4
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
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	17,37	26	83,09	686
	Полдник					
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	Итого за Полдник	260	10,96	10	44,81	316,8
	Итого за день	1 390	46,33	52	191,86	1 479,1

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
_____ Е.А.Ширяканова
20.06.2025 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
	Завтрак					
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	5,61	6	20,33	140,9
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
	Итого за Завтрак	355	16,18	15	46,97	385,8
	Завтрак 2					
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5
	Обед					
813	Икра кабачковая пром.производства	20	0,24	3	1,48	19,4
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,3
1 699,05	Фигурки рыбные_@	50	7,32	11	3,62	139,6
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
512	Рис припущенный	110	2,24	2	18,34	165,4
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
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	530	15,51	22	69,46	590,4
	Полдник					
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
	Итого за Полдник	210	9,51	9	42,46	286,8
	Итого за день	1 195	41,2	46	170,09	1 310,5