

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

07.07.2025

(понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
1 013 Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	1,2	1	5,05	40
1 148 Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
1 259,01 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	60,1
828 Чай с сахаром	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак	415	3,4	9	27,17	227,2

Завтрак 2					
707 Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5

Обед					
1 016 Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118
943 Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
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 Макароны изделия отварные с маслом	140	5,92	4	35,34	203,9
705 Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897 Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148 Хлеб ржаной	10	0,85		4,83	26,0
Итого за Обед	655	18,93	17	109,41	749,9

Полдник					
1 190 Ватрушка с творогом*	50	4,75		15,41	124,7
920 Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник	250	10,55	11	24,81	244,7
Итого за день	1 420	32,88	37	172,59	1 209,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

07.07.2025

(понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
1 013 Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	1,02	1	4,29	34
1 148 Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
1 259,01 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	60,1
828 Чай с сахаром	150			8,23	44,9
Итого за Завтрак	355	3,22	9	24,77	212,2

Завтрак 2					
707 Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5

Обед					
1 016 Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
943 Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
827 Биточек мясной рубленый	50	3,89	5	7,59	121,7
1 126 Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516 Макароны изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
705 Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897 Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,3
1 148 Хлеб ржаной	10	0,85		4,83	26,9
Итого за Обед	515	14,73	13	85,08	575,7

Полдник					
1 190 Ватрушка с творогом*	50	4,75	5	15,41	124,7
920 Молоко кипяченое	150	8,7	5	7,05	90
Итого за Полдник	200	9,1	10	22,46	214,7
Итого за день	1 170	26,65	32	143,48	1 050,1

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широканова

08.07.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

	Итого за день	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,50	0	28,52	185,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	0,34	2,61	3,47	3,930
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
	Итого за Завтрак	210	4,84	2,61	39,96	248,9
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						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,34		0,84	4,5
1113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1114	Клецки @	30	1,42	1	6,34	43
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	165,4
995	Пюре картофельное	120	2,61	4	17,62	117,6
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,34		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	650	18,99	29	82,45	619,1
Полдник						
1182	Манник	50	1,26	4	30,16	167,9
686	Чай с лимоном @	200	0,06		13,16	59,9
	Итого за Полдник	250	1,26	4	43,32	227,8
	Итого за день	1410	39,89	300	527,08	5102,3

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широканова

08.07.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

	Итого за день	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,08	5	25,35	164,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	0,34	2,61	3,47	3,930
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,0
	Итого за Завтрак	365	4,42	7,61	38,69	221,4
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	0,34		0,84	4,5
1113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1114	Клецки @	30	1,42	1	6,34	43
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	20	2,53	165,4
995	Пюре картофельное	120	2,61	4	17,62	117,6
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,34		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
	Итого за Обед	575	17,87	29	72,18	565,4
Полдник						
1182	Манник	50	1,26	4	30,16	167,9
686	Чай с лимоном @	150	0,04		11,37	44,9
	Итого за Полдник	200	1,26	4	41,53	212,8
	Итого за день	1240	39,42	256	450,92	4348,6

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широшнова

09.07.2025 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№	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	109,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		410	12,28	11	50,69	345,9

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3

Обед

1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,46	5	10,55	97
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной	150	10,85	12	29,38	203,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,67		13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
Итого за Обед		605	18,26	20	73,06	528,6

Полдник

1 066	Сырники	50	1,04	1	1,35	16,1
1 142	Повидло	10	0,04		0,5	25
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
Итого за Полдник		250	2,15	1	23,07	123,4
Итого за день		1 365	33,09	32	156,62	1 071,2

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широшнова

09.07.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,98	6	21,69	150,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		365	10,7	10	44,66	103,4

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3

Обед

1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,1	4	7,91	72,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной	130	9,47	11	25,47	228,1
1 318	Кисель витаминизированный	150	0,01		5,7	13,9
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		465	14,66	17	54,67	410,3

Полдник

1 066	Сырники	50	1,04	1	1,35	16,1
1 142	Повидло	10	0,04		0,5	25
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
Итого за Полдник		220	2,15	1	21,43	114,4
Итого за день		1 150	27,91	28	130,56	901,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюнова

9.07.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
111 Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
808 Бутерброд с маслом сливочным	35	61,44	305	404,93	4 608,3
110 Кофейный напиток с молоком	180	4,35	6	12,94	126,8
Итого за Завтрак	395	70,95	317	442,12	4 916,1

Завтрак 2					
928 Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
Итого за Завтрак 2	100	0,17		12,18	50,9

Обед					
811 Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
84 Суп картофельный со сметаной	180	1,93	3	14,6	93,7
1052 Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1021 Рагу из мяса птицы @	170	19,68	18	19,79	279,2
699 Напиток лимонный	180	0,13		17,49	93,7
897 Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1148 Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед	600	27,34	23	72,09	578,3

Полдник					
1284 Суп молочный с вермишелью	150	7,06	5	12,61	148,7
897 Хлеб пшеничный	10			5,35	28,4
1188 Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник	360	8,13	5	33,95	240,9
Итого за день	1 455	106,59	345	560,35	5 786,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюнова

9.07.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак					
111 Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5	21	161,5
808 Бутерброд с маслом сливочным	30	52,67	263	347	3 950
110 Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
Итого за Завтрак	350	61,17	273	380,78	4 225,5

Завтрак 2					
928 Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
Итого за Завтрак 2	100	0,17		12,18	50,9

Обед					
811 Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
84 Суп картофельный со сметаной	150	1,61	3	12,17	78,1
1052 Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1021 Рагу из мяса птицы @	150	17,36	16	17,46	246,4
699 Напиток лимонный	150	0,11		14,57	69,8
897 Хлеб пшеничный	20	2,14		10,7	56,8
1148 Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед	515	24,15	27	61,74	501,8

Полдник					
1284 Суп молочный с вермишелью	150	7,06	5	12,61	148,7
1148 Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
1188 Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник	310	7,91	5	29,46	223,5
Итого за день	1 275	93,4	297	484,16	5 001,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

11.07.2025 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	1,29	1	7,7	48,7
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	1	10,29	88,7
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		410	5,54	2	33,15	197,3

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,53	5	7,31	166
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		645	19,97	23	87,04	669,5

Полдник

769	Булочка домашняя	40	3,02	5	24,74	157,6
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	70,2
Итого за Полдник		220	4,25	6	39,14	227,8
Итого за день		1375	29,76	33	170,53	1151,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

11.07.2025 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	150	1,07	1	6,42	40,5
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	1	8,57	73,0
686	Чай с лимоном @	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Завтрак		355	4,61	2	28,64	167,3

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,48	70,5
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	3	30,3	174,8
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,56		19,22	90,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		550	18,53	21	76,17	596,2

Полдник

769	Булочка домашняя	40	3,02	5	24,74	157,6
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Полдник		190	4,04	6	36,74	223,6
Итого за день		1195	27,18	31	152,75	1035,6

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386432

Владелец Медведева Татьяна Михайловна

Действителен с 16.08.2024 по 16.08.2025