

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркова

18.08.2025 (понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,9	9	20,23	200,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		415	10,11	17	42,36	387,5

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	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,92	4	35,34	203,9
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,12		16,38	59,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,25		4,85	26,9
Итого за Обед		655	18,45	17	102,73	700,7

Полдник						
1 190	Ватрушка с творогом, 100 гр.	50	4,75	5	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	39,11	45	181,1	1 380,4

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркова

18.08.2025 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,72	7	17,2	170,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
828	Чай с сахаром @	150			8,21	44,9
Итого за Завтрак		375	8,93	15	37,69	348,5

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	7,99	121,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,82	3	27,77	160,2
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,1		13,65	49,5
897	Хлеб пшеничный	26	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		515	13,92	13	79,49	534,7

Полдник						
1 190	Ватрушка с творогом, 100 гр.	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	9,1	10	22,46	214,7
Итого за день		1 170	31,95	38	159,84	1 145,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

19.08.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,59	6	28,52	185,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		410	6,17	15	47,65	383
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,07		9,1	33
Итого за Завтрак 2		100	0,07		9,1	33
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
1 113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1 114	Клецки @	30	1,42	1	6,34	43
1 052	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	130	2,82	4	19,09	127,4
928	Компот из смеси сухофруктов	180	6,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		680	19,37	29	84,49	631,9
Полдник						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
686	Чай с лимоном @	200	0,06		13,16	59,9
Итого за Полдник		250	3,26	4	43,32	227,8
Итого за день		1 440	28,97	48	186,36	1 275,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

19.08.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,08	5	23,35	164,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,31	8	6,8	115
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		365	5,4	13	40,02	333,4
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,07		9,1	33
Итого за Завтрак 2		100	0,07		9,1	33
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,92	2	14,94	72,9
1 114	Клецки @	30	1,42	1	6,34	43
1 052	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	110	2,82	4	16,16	107,8
928	Компот из смеси сухофруктов	150	6,26		18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		575	17,67	29	72,18	565,4
Полдник						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
686	Чай с лимоном @	150	0,04		11,47	44,9
Итого за Полдник		200	3,24	4	41,63	212,8
Итого за день		1 240	26,58	46	164,83	1 144,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

20.08.2025 (среда)

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	5,73	7	24,4	169,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,15	3	14,1	122
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		410	12,78	11	54,5	379,2
Завтрак 2						
1 037	Нектарины	80	0,73		7,27	35,6
Итого за Завтрак 2		80	0,73		7,27	35,6
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной	150	10,83	12	25,38	263,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,04	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
Итого за Обед		605	18,34	20	73,47	531,2
Полдник						
1 066	Сырники	50	1,04	1	1,35	16,1
1 142	Повидло	10	0,04		5,5	25
828	Чай с сахаром @	180			0,87	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		1 345	33,27	32	158,31	1 069,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

20.08.2025 (среда)

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	160	5,08	6	21,69	150,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,46	3	11,75	101,7
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		365	10,77	10	47,84	331,2
Завтрак 2						
1 037	Нектарины	80	0,73		7,27	35,6
Итого за Завтрак 2		80	0,73		7,27	35,6
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,14	4	8,21	74,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной	130	9,41	11	25,47	228,1
1 318	Кисель витаминизированный	150	0,01		5,7	13,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,04	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	2,04		4,85	26,9
Итого за Обед		465	14,75	17	54,97	412,2
Полдник						
1 066	Сырники	50	1,04	1	1,35	16,1
1 142	Повидло	10	0,04		5,5	25
828	Чай с сахаром @	150			0,23	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		1 050	27,67	28	124,51	893,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

21.08.2025 (четверг)

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	5,4	0	30,28	176,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	5	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	10,21	21	53,22	440,5

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

812	Кукуруза консервированная	30	0,62		3,24	26,7
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	2,14	4	11,83	98,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 021	Рагу из мяса птицы @	170	19,68	18	19,79	279,2
699	Напиток лимонный	180	0,05		3,5	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		600	27,15	24	56,63	531

Полдник

769	Булочка домашняя, 100 гр.	70	5,29	8	43,3	275,8
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Полдник		250	6,52	9	57,7	355
Итого за день		1 350	44,05	54	179,73	1 377,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

21.08.2025 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 л 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	170	5,2	0	28,5	166,6
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,26	6	8,16	138
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	4	10,05	66,8
Итого за Завтрак		350	8,71	10	46,71	371,4

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

812	Кукуруза консервированная	30	0,62	1	3,24	26,7
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	1,78	4	9,80	82,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 021	Рагу из мяса птицы @	150	17,26	16	17,46	246,4
699	Напиток лимонный	170	0,05		2,91	14
897	Хлеб пшеничный	20	2,13	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		515	23,92	23	49,06	464,8

Полдник

769	Булочка домашняя, 100 гр.	50	2,64	4	20,93	197
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Полдник		200	3,66	5	32,93	263
Итого за день		1 165	37,34	48	150,98	1 150,1

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Ципиженкова

22.08.2025 (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	9,5	5	22,76	157,5
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	1	4,1	122
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		410	8,75	6	42,02	339,4

Завтрак 2

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

Обед

836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	5	7,31	106
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	2,82	4	19,35	127,4
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,12		15,25	59,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,35	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,55		4,85	26,9
Итого за Обед		665	16,67	23	77,15	561,4

Полдник

1 454	Вареники с творожным фаршем пф	60	0,14	1	0,2	6,2
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		250	0,34	2	15,94	74,6
Итого за день		1 425	26,66	32	177,35	1 022,9

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Ципиженкова

22.08.2025 (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	3,75	4	19,4	131,3
810	Бутерброд с сыром	25	2,09	1	1,75	101,7
686	Чай с лимоном @	180	0,06		15,53	53,9
Итого за Завтрак		355	5,9	5	36,68	286,9

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	5,46	79,5
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	120	2,26	3	17,02	117,5
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,12		15,6	59,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	9,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,55		4,85	26,9
Итого за Обед		550	15,64	24	57,55	498

Полдник

1 454	Вареники с творожным фаршем пф	45	0,14	1	0,2	4,7
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	47,9
Итого за Полдник		205	0,34	2	15,94	63,5
Итого за день		1 210	22,24	30	177,31	895,9

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386432
Владелец Медведева Татьяна Михайловна
Действителен с 16.08.2024 по 16.08.2025