

Согласовано:



Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

Н.А.Широканова

01.12.2025 (пнедельник)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

### Завтрак

1 111	Каша яичная молочная жидккая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
97	Сыр (порциями)	6	1,61	2		21,8
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		406	9,83	10	50,05	332,7

### Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
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
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		600	15,19	19	88,68	587
Итого за день		1 006	25,02	29	138,73	919,7

Согласовано:



Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

Н.А.Широканова

02.12.2025 (вторник)

## Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

### Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидккая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
Итого за Завтрак		401	11,74	20	57,54	441,6

### Обед

1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,77	2	12,64	76,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @_	70	12,7	5	2,52	178,7
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		600	22	13	63,47	508
Итого за день		1 001	33,74	33	121,01	949,6

Согласовано:  
ЧАО СУП-9/с  
Лебедев В.И.

Утверждает директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А.Широканова

03.12.2025 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
883	Каша молочная молочная жидккая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
828	Чай с сахаром @	200			16,97	56,9
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
<i>Итого за Завтрак</i>		406	10,1	10	48,49	355,1

<i>Обед</i>						
1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	86,6
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,80	9	11,19	170,4
845,03	Каша гречневая вязкая	130	5,06	5	24,22	148
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<i>Итого за Обед</i>		600	22,91	21	92,9	608,2
<i>Итого за день</i>		1006	33,01	31	141,39	963,3

Согласовано:  
ЧАО СУП-9/с  
Лебедев В.И.

Утверждает директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А.Широканова

04.12.2025 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
1384	Суп мрачный с вермишелью	200	0,42	6	16,82	198,2
810	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
1110	Кофеинный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
<i>Итого за Завтрак</i>		406	13,49	17	35,95	397,9

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
1126	Соус томатный	15	0,00	3	0,47	8,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	22,82	189,3
933	Компот из яблок и яблока	180	0,12		17,76	73,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<i>Итого за Обед</i>		620	27,96	20	110,81	688,6
<i>Итого за день</i>		1026	41,45	37	140,76	1086,5

Согласовано:  
ЧАО СУП-9/с  
Лебедев В.И.

Утверждает директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А.Широканова

05.12.2025 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Завтрак</i>						
852	Каша молочная жидккая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44	186,5
919	Какао с молоком	180	5,09	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
<i>Итого за Завтрак</i>		401	15,51	16	67,92	477

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1018	Суп с крупой пшеничной "Волна" со	180	2,95	5	13,38	112,1
1699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
512	Рис припущеный	130	3,12	5	32,11	191
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<i>Итого за Обед</i>		620	19,27	23	99,78	654,9
<i>Итого за день</i>		1021	33,78	39	166,7	1131,9