

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

08.12.2025 (подпись)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23	200,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	6	0,05	4	0,08	39,7
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		411	8,19	12	47,31	358,6

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак 2		110	0,44		10,78	80,7

Обед

1 016	Суп-пюре овощной	180	2,57	5	12,54	103,1
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	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,92	4	35,34	203,9
390	Компот из свежих плодов	180	0,03		4,3	17,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		635	18,51	21	98,02	643,2

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		1 406	38,09	44	180,92	1 327,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

08.12.2025 (подпись)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

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

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44	170,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	6	0,05	4	0,08	39,7
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
Итого за Завтрак		351	7,29	11	41,88	319,6

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак 2		110	0,44		10,78	80,7

Обед

1 016	Суп-пюре овощной	150	2,14	4	10,45	86
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	10	0,06	2	0,58	5,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	163,2
390	Компот из свежих плодов	150	0,02		3,58	14,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		505	14,4	15	75,78	491,1

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		1 166	31,23	36	150,9	1 106,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

09.12.2025 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
235,05 Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,06	5	28,52	176,1
808 Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
828 Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>406</b>	<b>6,43</b>	<b>13</b>	<b>46,56</b>	<b>355,6</b>
<b>Завтрак 2</b>					
705 Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>64,3</b>
<b>Обед</b>					
1 624,04 Морковь, тертая с сахаром	30	0,36	2	3,36	31,2
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	120	2,61	4	17,62	117,6
928 Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897 Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148 Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>	<b>650</b>	<b>19,12</b>	<b>31</b>	<b>92,43</b>	<b>644,8</b>
<b>Полдник</b>					
1 182 Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
914 Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>38,16</b>	<b>273,9</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 406</b>	<b>34,89</b>	<b>53</b>	<b>190,96</b>	<b>1 338,6</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

09.12.2025 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
235,05 Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,22	4	23,76	146,7
808 Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
828 Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>356</b>	<b>5,59</b>	<b>12</b>	<b>40,7</b>	<b>320,2</b>
<b>Завтрак 2</b>					
705 Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>64,3</b>
<b>Обед</b>					
1 624,04 Морковь, тертая с сахаром	30	0,36	2	3,36	31,2
1 113 Суп картофельный с клецками	150	1,6	2	12,45	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	2,39	4	16,16	107,8
928 Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
897 Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148 Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>	<b>575</b>	<b>17,99</b>	<b>31</b>	<b>80,66</b>	<b>591,1</b>
<b>Полдник</b>					
1 182 Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
914 Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>7,55</b>	<b>8</b>	<b>36,16</b>	<b>247,4</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 231</b>	<b>31,47</b>	<b>51</b>	<b>171,33</b>	<b>1 223</b>



Согласовано:

1. АРОУ КРР-9/С  
Майор Г.И. М.  
Детский сад

Красно

№	Наименование
рецепт	

10.12.2025 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

### Завдання

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	3,18	6	27,44	186,5
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		406	10,17	10	52,35	351,5

### Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	69

Οόνο

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свининой	150	10,85	12	29,38	263,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
897	Хлеб дишеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
	Итого за Обед	605	17,7	23	77,2	522

*Полдник*

1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Поддник		250	1,29	1	22,52	101,8
Итого за день		1 361	29,16	34	163,27	1 044,3

Согласовано:

ШАОСВ ДРР-9/К  
Зав. Школы ДРР-9/К

Красн

Наименован

Е.А. Широнянова

10.12.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 с 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	4,32	5	22,87	155,4
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		336	9,18	9	46,18	311,5

### Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	69

Order

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		495	15,06	21	63,15	440,3

*Полдник*

1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Подлник		220	1,29	1	20,12	92,2
Итого за день		1 171	25,53	31	140,65	913

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

11.12.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
Итого за Завтрак		401	9,37	16	58,32	412,4

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

811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	1,83	5	12,44	98,4
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	0,03		3,5	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	27,15	25	63,4	515

Полдник

892	Омлет с картофелем	100	1,03	2	1,45	23,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник		300	1,03	2	17,45	87,3
Итого за день		1 401	37,72	43	151,35	1 065,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

11.12.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,87	5	23	161,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		8,33	28,4
Итого за Завтрак		356	8,33	14	50,4	375,5

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
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	1,52	4	10,37	82
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 021	Рагу из мяса птицы @	150	17,36	16	17,46	246,4
699	Напиток лимонный	150	0,02		2,91	14
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		515	23,97	22	54,24	448,9

Полдник

892	Омлет с картофелем	80	0,82	1	1,16	18,8
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		230	0,82	1	13,16	66,7
Итого за день		1 201	33,29	37	129,98	942



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

12.12.2025 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,51	243,3
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		406	10,14	10	62,58	380,1
<b>Завтрак 2</b>						
912	Компот из свежих яблок	100	0,05		11,94	49,6
Итого за Завтрак 2		100	0,05		11,94	49,6
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		600	22,6	23	106,47	731
<b>Полдник</b>						
1073	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	8,01	105,6
1142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1141,09	Печенье детское @	20	1,5	2	11,33	81,4
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		260	14,25	13	34,3	320
Итого за день		1366	47,04	46	215,29	1480,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

12.12.2025 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	150	5,37	6	32,09	202,7
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
686	Чай с лимоном @	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Завтрак		356	9,05	9	54,65	333,5
<b>Завтрак 2</b>						
912	Компот из свежих яблок	100	0,05		11,94	49,6
Итого за Завтрак 2		100	0,05		11,94	49,6
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,48	79,5
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	120	7,46	5	38,9	227,7
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75	7,9
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		515	20,64	23	91,02	645,7
<b>Полдник</b>						
1073	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	8,01	105,6
1142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1141,09	Печенье детское @	10	0,75	1	5,67	40,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		220	12,63	11	27,23	261,3
Итого за день		1191	42,37	43	184,84	1290,1