



Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широкова

Красноярский филиал ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
225,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	3,06	5	28,52	170,1
1 259,07	Масло сливочное (порциями)	10	0,09	7	0,13	66,1
693	Батон	30	1,5	1	12,3	78,2
828	Чай с сахаром	180			0,87	33,9
Итого за Завтрак		400	6,64	13	31,62	374,3

Обед						
1 624,04	Морковь, тертая с сахаром	50	0,6	3	3,6	32
1 113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1 114	Клецки @	10	0,47		2,11	14,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,13	1	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свиной @	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	0,31		21,92	71,3
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1 148	Хлеб ржаной	10	0,83		4,83	25,9
Итого за Обед		660	18,62	31	81,96	644,2
Итого за день		1 060	25,26	44	132,98	1 018,5



Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широкова

Красноярский филиал ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
257,05	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	3,18	6	27,44	186,5
97	Сыр (порциями)	10	2,60	3		36,3
693	Батон	30	1,5	1	12,3	78,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	12,07	13	52	381,1

Обед						
813	Икра кабачковая пром. производства	50	0,6	7	5,7	48,5
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,83	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,13	1	0,04	11,8
444,01	Плюс со свиной	200	14,47	17	39,18	250,8
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1 148	Хлеб ржаной	15	1,29		7,28	38,9
Итого за Обед		655	21,26	31	77,77	624,8
Итого за день		1 055	33,33	44	129,77	1 005,9



Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широкова

Красноярский филиал ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	3,16	6	24,35	171
1 239,04	Масло сливочное (порциями)	10	0,09	7	0,13	66,1
693	Батон	30	1,5	1	12,3	78,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		400	7,97	15	51,28	394,5

Обед						
811	Горошек зеленый консервированный	50	1,35		3,25	20
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	1,83	5	12,44	98,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,13	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	200	17,93	9	19,3	245,1
699	Напиток лимонный	180	0,07		3,5	16,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1 148	Хлеб ржаной	10	0,83		4,83	25,9
Итого за Обед		650	26,02	16	34,26	486,4
Итого за день		1 050	34,99	31	105,54	880,9



Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широкова

Красноярский филиал ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
244	Каша (пшеница) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,91	243,3
97	Сыр (порциями)	10	2,60	3		36,3
693	Батон	30	1,5	1	12,3	78,2
680	Чай с лимоном	180	0,05		13,63	53,9
Итого за Завтрак		400	10,60	11	61,66	411,7

Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	93,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,13	1	0,04	11,8
1 107	Биточек рыбный	70	9,28	7	11,12	140,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75	7,9
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		21,86	115,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1 148	Хлеб ржаной	15	1,29		7,28	38,9
Итого за Обед		615	24,52	19	103,65	723,4
Итого за день		1 015	35,21	30	168,21	1 135,6