

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироманова

24.02.2020 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры             | 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   |
| 1 259,01                | Масло сливочное (порциями)                      | 10      | 0,08    | 7      | 0,13       | 66,1    |
| 693                     | Батон                                           | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| 828                     | Чай с сахаром @                                 | 180     |         |        | 9,87       | 53,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | 400     | 6,64    | 13     | 51,02      | 374,3   |

**Завтрак 2**

|                           |                             |     |      |  |       |      |
|---------------------------|-----------------------------|-----|------|--|-------|------|
| 705                       | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,34 |  | 13,81 | 64,3 |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                             | 100 | 0,34 |  | 13,81 | 64,3 |

**Обед**

|                      |                                     |     |       |    |       |       |
|----------------------|-------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 624,04             | Морковь, тертая с сахаром           | 50  | 0,6   | 3  | 5,6   | 52    |
| 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   | 1,15  | 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 | 0,31  |    | 21,92 | 91,5  |
| 897,01               | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 25  | 2,68  | 1  | 10,88 | 68,5  |
| 1 148                | Хлеб ржаной                         | 10  | 0,85  |    | 4,85  | 25,9  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | 660 | 18,62 | 31 | 81,96 | 644,2 |

**Полдник**

|                         |               |       |       |    |        |         |
|-------------------------|---------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 182                   | Манник        | 50    | 3,2   | 4  | 30,16  | 167,9   |
| 854                     | Чай с молоком | 200   | 1,36  | 1  | 16     | 88,1    |
| <b>Итого за Полдник</b> |               | 250   | 4,56  | 5  | 46,16  | 256     |
| <b>Итого за день</b>    |               | 1 410 | 30,16 | 49 | 192,95 | 1 338,8 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироманова

24.02.2020 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры             | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|-------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                 |         |         |        |            |         |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 160     | 4,5     | 5      | 25,35      | 156,5   |
| 1 259,01                | Масло сливочное (порциями)                      | 10      | 0,08    | 7      | 0,13       | 66,1    |
| 693                     | Батон                                           | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| 828                     | Чай с сахаром @                                 | 150     |         |        | 8,23       | 44,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                 | 350     | 6,08    | 13     | 46,21      | 345,7   |

**Завтрак 2**

|                           |                             |     |      |  |       |      |
|---------------------------|-----------------------------|-----|------|--|-------|------|
| 705                       | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,34 |  | 13,81 | 64,3 |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                             | 100 | 0,34 |  | 13,81 | 64,3 |

**Обед**

|                      |                                     |     |       |    |       |       |
|----------------------|-------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 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 @                            | 10  | 0,47  |    | 2,11  | 14,3  |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5   | 1,15  | 1  | 0,04  | 11,8  |
| 437,06               | Гуляш из мяса свинины @             | 50  | 5,59  | 14 | 1,81  | 118,2 |
| 995                  | Пюре картофельное                   | 110 | 2,39  | 4  | 16,16 | 107,8 |
| 928                  | Компот из смеси сухофруктов         | 150 | 0,26  |    | 18,27 | 76,3  |
| 897,01               | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 20  | 2,14  | 1  | 8,7   | 54,8  |
| 1 148                | Хлеб ржаной                         | 10  | 0,85  |    | 4,85  | 25,9  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | 535 | 14,81 | 24 | 67,75 | 513,2 |

**Полдник**

|                         |               |       |       |    |        |         |
|-------------------------|---------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 182                   | Манник        | 50    | 3,2   | 4  | 30,16  | 167,9   |
| 854                     | Чай с молоком | 150   | 1,02  | 1  | 12     | 66      |
| <b>Итого за Полдник</b> |               | 200   | 4,22  | 5  | 42,16  | 233,9   |
| <b>Итого за день</b>    |               | 1 185 | 25,45 | 42 | 169,93 | 1 157,1 |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркова

25.02.2026 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| №<br>пенситуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                |     |       |    |       |       |
|------------------|------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 852              | Каша маеная жидкая молочная с маслом сливочным | 180 | 5,18  | 6  | 27,44 | 186,5 |
| 97               | Сыр (порциями)                                 | 10  | 2,69  | 3  |       | 36,3  |
| 693              | Батон                                          | 30  | 1,5   | 1  | 12,5  | 78,2  |
| 1110             | Кофейный напиток с молоком                     | 180 | 2,7   | 3  | 12,06 | 80,1  |
| Итого за Завтрак |                                                | 400 | 12,07 | 13 | 52    | 381,1 |

Завтрак 2

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

Обед

|               |                                        |     |       |    |       |       |
|---------------|----------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 813           | Икра кабачковая пром.производства      | 50  | 0,6   | 7  | 3,7   | 48,5  |
| 1021          | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 180 | 1,37  | 5  | 9,85  | 89,6  |
| 1052          | Мясо кури отварное (для первых блюд)   | 5   | 1,15  | 1  | 0,04  | 11,8  |
| 444,01        | Плов со свиной                         | 200 | 14,47 | 17 | 39,18 | 350,8 |
| 1318          | Кисель витаминизированный              | 180 | 0,01  |    | 6,84  | 16,7  |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный          | 25  | 2,68  | 1  | 10,88 | 68,5  |
| 1148          | Хлеб ржаной                            | 15  | 1,28  |    | 7,28  | 38,9  |
| Итого за Обед |                                        | 655 | 21,56 | 31 | 77,77 | 624,8 |

Полдник

|                  |               |      |       |    |        |        |
|------------------|---------------|------|-------|----|--------|--------|
| 1066             | Сырники       | 60   | 1,25  | 1  | 1,62   | 19,3   |
| 1142             | Повидло       | 10   | 0,04  |    | 6,5    | 25     |
| 1188             | Чай с сахаром | 180  |       |    | 14,4   | 57,5   |
| Итого за Полдник |               | 250  | 1,29  | 1  | 22,52  | 101,8  |
| Итого за день    |               | 1405 | 34,92 | 45 | 163,49 | 1176,7 |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркова

25.02.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| №<br>пенситуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                |     |       |    |       |       |
|------------------|------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 852              | Каша маеная жидкая молочная с маслом сливочным | 160 | 4,6   | 5  | 24,39 | 165,8 |
| 97               | Сыр (порциями)                                 | 10  | 2,69  | 3  |       | 36,3  |
| 693              | Батон                                          | 30  | 1,5   | 1  | 12,5  | 78,2  |
| 1110             | Кофейный напиток с молоком                     | 150 | 2,25  | 2  | 10,05 | 66,8  |
| Итого за Завтрак |                                                | 350 | 11,04 | 11 | 46,94 | 347,1 |

Завтрак 2

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

Обед

|               |                                        |     |       |    |       |       |
|---------------|----------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 813           | Икра кабачковая пром.производства      | 30  | 0,36  | 4  | 2,22  | 29,1  |
| 1021          | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 150 | 1,14  | 4  | 8,21  | 74,7  |
| 1052          | Мясо кури отварное (для первых блюд)   | 5   | 1,15  | 1  | 0,04  | 11,8  |
| 444,01        | Плов со свиной                         | 160 | 11,58 | 13 | 31,34 | 280,7 |
| 1797          | Кисель из сухофруктов                  | 150 | 0,21  |    | 27,96 | 113,7 |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный          | 20  | 2,14  | 1  | 8,7   | 54,8  |
| 1148          | Хлеб ржаной                            | 10  | 0,85  |    | 4,85  | 25,9  |
| Итого за Обед |                                        | 525 | 17,43 | 23 | 83,32 | 590,7 |

Полдник

|                  |               |      |       |    |        |      |
|------------------|---------------|------|-------|----|--------|------|
| 1066             | Сырники       | 60   | 1,25  | 1  | 1,62   | 19,3 |
| 1142             | Повидло       | 10   | 0,04  |    | 6,5    | 25   |
| 1188             | Чай с сахаром | 150  |       |    | 12     | 47,9 |
| Итого за Полдник |               | 220  | 1,29  | 1  | 20,12  | 92,2 |
| Итого за день    |               | 1195 | 29,76 | 35 | 161,58 | 1099 |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

26.02.2026 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| №<br>п/п           | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|--------------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 111              | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 5,16       | 6         | 24,35           | 171     |
| 1 259,01           | Масло сливочное (порциями)                      | 10      | 0,08       | 7         | 0,13            | 66,1    |
| 693                | Батон                                           | 30      | 1,5        | 1         | 12,5            | 78,2    |
| 854                | Чай с молоком                                   | 180     | 1,23       | 1         | 14,4            | 79,2    |
| Итого за Завтрак   |                                                 | 400     | 7,97       | 15        | 51,38           | 394,5   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 928                | Компот из смеси сухофруктов                     | 100     | 0,17       |           | 12,18           | 50,9    |
| Итого за Завтрак 2 |                                                 | 100     | 0,17       |           | 12,18           | 50,9    |
| <b>Обед</b>        |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 811                | Горошек зеленый консервированный                | 50      | 1,55       |           | 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       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 071              | Рагу из птицы                                   | 200     | 17,93      | 9         | 19,3            | 245,1   |
| 699                | Напиток лимонный                                | 180     | 0,03       |           | 3,5             | 16,7    |
| 897,01             | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 25      | 2,68       | 1         | 10,88           | 68,5    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85       |           | 4,85            | 25,9    |
| Итого за Обед      |                                                 | 650     | 26,02      | 16        | 54,26           | 486,4   |
| <b>Полдник</b>     |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 961                | Омлет с капустой                                | 70      | 5,33       | 6         | 11,74           | 125     |
| 1 188              | Чай с сахаром                                   | 180     |            |           | 14,4            | 57,5    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85       |           | 4,85            | 25,9    |
| Итого за Полдник   |                                                 | 260     | 6,18       | 6         | 30,99           | 208,4   |
| Итого за день      |                                                 | 1 410   | 40,34      | 37        | 148,81          | 1 140,2 |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

26.02.2026 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| №<br>п/п           | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|--------------------|-------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 1 111              | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160     | 4,59       | 5         | 21,64           | 152     |
| 1 259,01           | Масло сливочное (порциями)                      | 10      | 0,08       | 7         | 0,13            | 66,1    |
| 693                | Батон                                           | 30      | 1,5        | 1         | 12,5            | 78,2    |
| 854                | Чай с молоком                                   | 150     | 1,02       | 1         | 12              | 66      |
| Итого за Завтрак   |                                                 | 350     | 7,19       | 14        | 46,27           | 362,3   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 928                | Компот из смеси сухофруктов                     | 100     | 0,17       |           | 12,18           | 50,9    |
| Итого за Завтрак 2 |                                                 | 100     | 0,17       |           | 12,18           | 50,9    |
| <b>Обед</b>        |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 812                | Кукуруза консервированная                       | 30      | 0,62       | 1         | 3,24            | 26,7    |
| 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    |
| 1 071              | Рагу из птицы                                   | 160     | 14,34      | 7         | 15,44           | 196,1   |
| 699                | Напиток лимонный                                | 150     | 0,02       |           | 2,91            | 14      |
| 897,01             | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 20      | 2,14       | 1         | 8,7             | 54,8    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85       |           | 4,85            | 25,9    |
| Итого за Обед      |                                                 | 525     | 20,64      | 14        | 45,55           | 411,3   |
| <b>Полдник</b>     |                                                 |         |            |           |                 |         |
| 961                | Омлет с капустой                                | 50      | 3,81       | 4         | 8,38            | 89,3    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85       |           | 4,85            | 25,9    |
| 1 188              | Чай с сахаром                                   | 150     |            |           | 12              | 47,9    |
| Итого за Полдник   |                                                 | 210     | 4,66       | 4         | 25,23           | 163,1   |
| Итого за день      |                                                 | 1 185   | 32,66      | 32        | 129,23          | 987,6   |



Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цироканова

27.02.2026 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| №                | Наименование блюда                                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                      |         |         |        |            |         |
| 848              | Каша (пшени, рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 180     | 6,45    | 7      | 38,51      | 243,3   |
| 97               | Сыр (порциями)                                       | 10      | 2,69    | 3      |            | 36,3    |
| 693              | Батон                                                | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| 686              | Чай с лимоном @                                      | 180     | 0,05    |        | 13,65      | 53,9    |
| Итого за Завтрак |                                                      | 400     | 10,69   | 11     | 64,66      | 411,7   |

**Завтрак 2**

|                    |                        |     |      |  |       |      |
|--------------------|------------------------|-----|------|--|-------|------|
| 912                | Компот из свежих яблок | 100 | 0,05 |  | 11,94 | 49,6 |
| Итого за Завтрак 2 |                        | 100 | 0,05 |  | 11,94 | 49,6 |

**Обед**

|               |                                               |     |       |    |        |       |
|---------------|-----------------------------------------------|-----|-------|----|--------|-------|
| 124           | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 180 | 1,37  | 4  | 6,58   | 95,4  |
| 1052          | Мясо кури отварное (для первых блюд)          | 5   | 1,15  | 1  | 0,04   | 11,8  |
| 1107          | 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  |    | 24,86  | 115,8 |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                 | 25  | 2,68  | 1  | 10,88  | 68,5  |
| 1148          | Хлеб ржаной                                   | 15  | 1,28  |    | 7,28   | 38,9  |
| Итого за Обед |                                               | 615 | 24,52 | 19 | 103,65 | 725,9 |

**Полдник**

|                  |                        |      |       |    |        |       |
|------------------|------------------------|------|-------|----|--------|-------|
| 1073             | Пудинг творожно-манный | 70   | 10,49 | 6  | 11,21  | 147,8 |
| 1142             | Повидло                | 10   | 0,04  |    | 6,5    | 25    |
| 920              | Молоко кипяченое       | 180  | 5,22  | 6  | 8,46   | 108   |
| Итого за Полдник |                        | 260  | 15,75 | 12 | 26,17  | 280,8 |
| Итого за день    |                        | 1375 | 51,01 | 42 | 206,42 | 1468  |

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цироканова

27.02.2026 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| №                | Наименование блюда                                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|------------------|------------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                                      |         |         |        |            |         |
| 848              | Каша (пшени, рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 160     | 5,73    | 6      | 34,23      | 216,2   |
| 97               | Сыр (порциями)                                       | 10      | 2,69    | 3      |            | 36,3    |
| 693              | Батон                                                | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| 686              | Чай с лимоном @                                      | 150     | 0,04    |        | 11,37      | 44,9    |
| Итого за Завтрак |                                                      | 350     | 9,96    | 10     | 58,1       | 375,6   |

**Завтрак 2**

|                    |                        |     |      |  |       |      |
|--------------------|------------------------|-----|------|--|-------|------|
| 912                | Компот из свежих яблок | 100 | 0,05 |  | 11,94 | 49,6 |
| Итого за Завтрак 2 |                        | 100 | 0,05 |  | 11,94 | 49,6 |

**Обед**

|               |                                               |     |       |    |       |       |
|---------------|-----------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 124           | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 150 | 1,14  | 4  | 5,48  | 79,5  |
| 1052          | Мясо кури отварное (для первых блюд)          | 5   | 1,15  | 1  | 0,04  | 11,8  |
| 1107          | Биточек рыбный                                | 50  | 6,63  | 5  | 7,95  | 100,6 |
| 998           | Каша гречневая рассыпчатая                    | 110 | 6,84  | 4  | 35,66 | 208,7 |
| 901           | Соус красный основной                         | 10  | 0,07  | 1  | 0,75  | 7,9   |
| 705           | Напиток из плодов шиповника                   | 150 | 0,51  |    | 20,72 | 96,5  |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                 | 20  | 2,14  | 1  | 8,7   | 54,8  |
| 1148          | Хлеб ржаной                                   | 10  | 0,85  |    | 4,85  | 25,9  |
| Итого за Обед |                                               | 505 | 19,33 | 16 | 84,15 | 585,7 |

**Полдник**

|                  |                        |      |       |    |        |        |
|------------------|------------------------|------|-------|----|--------|--------|
| 1073             | Пудинг творожно-манный | 50   | 7,49  | 5  | 8,01   | 105,6  |
| 1142             | Повидло                | 10   | 0,04  |    | 6,5    | 25     |
| 920              | Молоко кипяченое       | 150  | 4,35  | 5  | 7,05   | 90     |
| Итого за Полдник |                        | 210  | 11,88 | 10 | 21,56  | 220,6  |
| Итого за день    |                        | 1165 | 41,22 | 36 | 175,75 | 1231,5 |