



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

10.01.2026 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭНД ккал
1237.01	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,06	1	28,32	170,1
1239.01	Масло сливочное (порциями)	10	0,88	7	6,13	66,1
893	Батон	30	1,5	1	12,3	78,2
828	Чай с сахаром @	180			9,87	33,9
Итого за завтрак		400	9,44	16	51,02	359,3

1624.04	Морковь, тертая с сахаром	30	0,6	3	5,6	32
1113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1114	Клецки @	10	0,47		2,11	14,3
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437.06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,85	16	2,55	151,4
993	Пюре картофельное	130	2,42	4	16,09	127,4
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,11		21,92	91,5
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1148	Хлеб ржаной	10	0,45		4,48	29,9
Итого за Обед		660	13,62	27	81,06	542,2
Итого за день		1060	23,06	43	132,08	901,5

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широкова
 11.01.2026 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭНД ккал
1110	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44	185,5
1111	Сыр (порциями)	10	2,49	3		36,3
893	Батон	30	1,5	1	12,3	78,2
1110	Кофейный напиток с молоком	180	2,2	3	12,06	80,1
Итого за завтрак		400	12,37	13	51,8	380,1

813	Икра ябачковая пром. производства	50	0,8	7	3,7	41,5
1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,27	5	9,45	59,6
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444.01	Плов со свининой	300	14,47	17	39,18	250,8
1316	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		655	21,56	31	77,57	654,8
Итого за день		1055	33,93	44	129,37	1034,9

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широкова
 12.01.2026 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭНД ккал
1411	Каша овсяная молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,25	171
1239.01	Масло сливочное (порциями)	10	0,88	7	6,13	66,1
893	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	7,77	15	51,38	394,5

811	Горошек зеленый консервированный	50	1,36		3,25	30
1038	Суп Крестынский с крупой, сметаной	180	1,80	5	12,44	99,4
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1071	Рагу из овощей	200	17,71	9	19,2	249,1
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,3	16,7
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1148	Хлеб ржаной	10	0,45		4,48	29,9
Итого за Обед		650	26,02	16	54,26	488,4
Итого за день		1050	33,79	31	105,64	882,9

Согласовано:  Утверждаю директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широкова
 13.01.2026 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭНД ккал
848	Каша (пшеничная) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,49	7	38,31	247,7
97	Сыр (порциями)	10	2,49	3		36,3
893	Батон	30	1,5	1	12,3	78,2
893	Чай с лимонном @	180	0,01		15,45	53,5
Итого за завтрак		400	10,49	11	61,06	417,7

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	5,58	91,4
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1107	Биточек рыбный	70	9,28	7	11,12	140,5
996	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,04	5	42,14	246,7
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75	7,9
703	Напиток из плодов шиповника	180	0,41		24,69	118,8
897.01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,3
1148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		615	24,92	19	107,53	738,9
Итого за день		1015	35,21	30	168,21	1156,6