



Согласовано

*И.И. Сергеева*  
Т.М.

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

*Е.А. Цириканова*

12.05.2026 (вторник)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки г       | Жиры г    | Углеводы г      | ЭЦ ккал          |
|---------------------------|--|--------------|---------------|-----------|-----------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>            |  |              |               |           |                 |                  |
| 850                       | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 180          | 6,06          | 8         | 25,91           | 199,3            |
| 1 259,01                  | Масло сливочное (порциями)                               | 10           | 0,08          | 7         | 0,13            | 66,1             |
| 693                       | Батон  | 30           | 1,5           | 1         | 12,5            | 78,2             |
| 1 110                     | Кофейный напиток с молоком                               | 180          | 2,7           | 3         | 12,06           | 80,1             |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | <b>400</b>   | <b>10,34</b>  | <b>19</b> | <b>50,6</b>     | <b>421,7</b>     |
| <b>Завтрак 2</b>          |  |              |               |           |                 |                  |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                              | 100          | 0,34          |           | 13,81           | 59,3             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | <b>100</b>   | <b>0,34</b>   |           | <b>13,81</b>    | <b>59,3</b>      |
| <b>Обед</b>               |  |              |               |           |                 |                  |
| 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             |
| 1 105                     | Гуляш из курицы  | 70           | 15,18         | 5         | 2,66            | 113,9            |
| 995                       | Пюре картофельное  | 130          | 2,82          | 4         | 19,09           | 127,4            |
| 699                       | Напиток лимонный   | 180          | 0,03          |           | 3,5             | 22,1             |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                            | 25           | 2,68          | 1         | 10,88           | 68,5             |
| 1 147                     | Хлеб ржаной  | 10           | 0,85          |           | 4,85            | 25,9             |
| <b>Итого за Обед</b>      |  | <b>600</b>   | <b>24,48</b>  | <b>13</b> | <b>53,66</b>    | <b>446,1</b>     |
| <b>Полдник</b>            |  |              |               |           |                 |                  |
| 1 066                     | Сырники  | 60           | 10,82         | 7         | 13,63           | 161,1            |
| 1 142                     | Повидло  | 10           | 200           |           | 32 500          | 125 000          |
| 854                       | Чай с молоком  | 180          | 1,23          | 1         | 14,4            | 79,2             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | <b>250</b>   | <b>212,05</b> | <b>8</b>  | <b>32 528,0</b> | <b>125 240,3</b> |
| <b>Итого за день</b>      |  | <b>1 350</b> | <b>247,21</b> | <b>40</b> | <b>32 646,1</b> | <b>126 169,4</b> |



Согласовано

*И.И. Сергеева*  
Т.М.

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

*Е.А. Цириканова*

12.05.2026 (вторник)

### Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки г       | Жиры г    | Углеводы г      | ЭЦ ккал          |
|---------------------------|--|--------------|---------------|-----------|-----------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>            |  |              |               |           |                 |                  |
| 850                       | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 160          | 5,38          | 7         | 23,03           | 177,1            |
| 1 259,01                  | Масло сливочное (порциями)                               | 10           | 0,08          | 7         | 0,13            | 66,1             |
| 693                       | Батон  | 30           | 1,5           | 1         | 12,5            | 78,2             |
| 1 110                     | Кофейный напиток с молоком                               | 150          | 2,25          | 2         | 10,05           | 66,8             |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | <b>350</b>   | <b>9,21</b>   | <b>17</b> | <b>45,71</b>    | <b>388,2</b>     |
| <b>Завтрак 2</b>          |  |              |               |           |                 |                  |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                              | 100          | 0,34          |           | 13,81           | 59,3             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | <b>100</b>   | <b>0,34</b>   |           | <b>13,81</b>    | <b>59,3</b>      |
| <b>Обед</b>               |  |              |               |           |                 |                  |
| 1 050                     | Суп картофельный с макаронными изделиями                 | 150          | 1,48          | 2         | 10,53           | 63,7             |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                      | 5            | 1,15          | 1         | 0,04            | 11,8             |
| 1 105                     | Гуляш из курицы  | 50           | 10,84         | 3         | 1,9             | 81,3             |
| 995                       | Пюре картофельное  | 110          | 2,39          | 4         | 16,16           | 107,8            |
| 699                       | Напиток лимонный   | 150          | 0,02          |           | 2,91            | 18,5             |
| 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>      |  | <b>495</b>   | <b>18,87</b>  | <b>11</b> | <b>45,09</b>    | <b>363,8</b>     |
| <b>Полдник</b>            |  |              |               |           |                 |                  |
| 1 066                     | Сырники  | 60           | 10,82         | 7         | 13,63           | 161,1            |
| 1 142                     | Повидло  | 10           | 200           |           | 32 500          | 125 000          |
| 854                       | Чай с молоком  | 150          | 1,02          | 1         | 12              | 66               |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | <b>220</b>   | <b>211,84</b> | <b>8</b>  | <b>32 525,6</b> | <b>125 227,1</b> |
| <b>Итого за день</b>      |  | <b>1 165</b> | <b>240,26</b> | <b>36</b> | <b>32 630,2</b> | <b>126 038,4</b> |



Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирихинова

13.05.2026 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |   |         |         |        |            |         |
| 883                       | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 6,47    | 7      | 28,61      | 218,3   |
| 828                       | Чай с сахаром                                     | 180     |         |        | 9,87       | 53,9    |
| 97                        | Сыр (порциями)                                    | 10      | 2,69    | 3      |            | 36,3    |
| 693                       | Батон   | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 400     | 10,66   | 11     | 50,98      | 386,7   |
| <b>Завтрак 2</b>          |   |         |         |        |            |         |
| 976                       | Яблоки свежие                                     | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| <b>Обед</b>               |   |         |         |        |            |         |
| 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    |
| 1 054,01                  | Котлета Детская из мяса птицы                     | 70      | 10,89   | 9      | 11,19      | 170,4   |
| 516                       | Макаронные изделия отварные с маслом              | 130     | 5,5     | 4      | 32,82      | 189,3   |
| 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>      |   | 600     | 22,75   | 20     | 91,55      | 647     |
| <b>Полдник</b>            |   |         |         |        |            |         |
| 861                       | Ватрушка со сметаной                              | 50      | 5,84    | 9      | 34,36      | 224,5   |
| 920                       | Молоко кипяченое                                  | 200     | 5,8     | 6      | 9,4        | 120     |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 250     | 11,64   | 15     | 43,76      | 344,5   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 350   | 45,45   | 46     | 196,09     | 1 451,5 |



Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирихинова

13.05.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |   |         |         |        |            |         |
| 883                       | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160     | 5,75    | 6      | 25,43      | 194,1   |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                     | 150     |         |        | 12         | 47,9    |
| 97                        | Сыр (порциями)                                    | 10      | 2,69    | 3      |            | 36,3    |
| 693                       | Батон   | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | 350     | 9,94    | 10     | 49,93      | 356,5   |
| <b>Завтрак 2</b>          |   |         |         |        |            |         |
| 976                       | Яблоки свежие                                     | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |   | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| <b>Обед</b>               |   |         |         |        |            |         |
| 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    |
| 1 054,01                  | Котлета Детская из мяса птицы                     | 50      | 7,78    | 6      | 7,99       | 121,7   |
| 516                       | Макаронные изделия отварные с маслом              | 110     | 4,65    | 3      | 27,77      | 160,2   |
| 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>      |   | 495     | 17,97   | 15     | 75,83      | 525,4   |
| <b>Полдник</b>            |   |         |         |        |            |         |
| 861                       | Ватрушка со сметаной                              | 50      | 5,84    | 9      | 34,36      | 224,5   |
| 920                       | Молоко кипяченое                                  | 150     | 4,35    | 5      | 7,05       | 90      |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | 200     | 10,19   | 14     | 41,41      | 314,5   |
| <b>Итого за день</b>      |   | 1 145   | 38,5    | 39     | 176,97     | 1 269,7 |



Согласовано:

И.И. Широканова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

14.05.2026 (четверг)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                               |         |         |        |            |         |
| 1 284                     | Суп молочный с вермишелью     | 180     | 8,47    | 5      | 15,13      | 178,4   |
| 1 259,01                  | Масло сливочное (порциями)    | 10      | 0,08    | 7      | 0,13       | 66,1    |
| 693                       | Батон                         | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| 1 110                     | Кофейный напиток с молоком    | 180     | 2,7     | 3      | 12,06      | 80,1    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                               | 400     | 12,75   | 16     | 39,82      | 402,8   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                               |         |         |        |            |         |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника   | 100     | 0,34    |        | 13,81      | 59,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                               | 100     | 0,34    |        | 13,81      | 59,3    |
| <b>Обед</b>               |                               |         |         |        |            |         |
| 1 049                     | Суп-пюре из гороха            | 180     | 5,55    | 2      | 16,26      | 93      |
| 943                       | Гренки из пшеничного хлеба    | 10      | 1,3     |        | 7,81       | 40      |
| 907                       | Тефтели мясные с луком        | 70      | 10,58   | 9      | 7,35       | 167,4   |
| 1 126                     | Соус томатный                 | 10      | 0,06    | 1      | 0,58       | 5,6     |
| 998                       | Каша гречневая рассыпчатая    | 130     | 8,08    | 5      | 42,14      | 246,7   |
| 933                       | Компот из яблок и изюма       | 180     | 0,12    |        | 17,76      | 73,7    |
| 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    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                               | 615     | 29,22   | 18     | 107,63     | 720,8   |
| <b>Полдник</b>            |                               |         |         |        |            |         |
| 892                       | Омлет с картофелем            | 70      | 0,72    | 1      | 1,02       | 16,4    |
| 1 188                     | Чай с сахаром                 | 180     |         |        | 14,4       | 57,5    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                   | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 25,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                               | 260     | 1,57    | 1      | 20,27      | 99,8    |
| <b>Итого за день</b>      |                               | 1 375   | 43,88   | 35     | 181,53     | 1 282,7 |



Согласовано:

И.И. Широканова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

14.05.2026 (четверг)

### Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                               |         |         |        |            |         |
| 1 284                     | Суп молочный с вермишелью     | 160     | 7,53    | 5      | 13,45      | 158,6   |
| 1 259,01                  | Масло сливочное (порциями)    | 10      | 0,08    | 7      | 0,13       | 66,1    |
| 693                       | Батон                         | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| 1 110                     | Кофейный напиток с молоком    | 150     | 2,25    | 2      | 10,05      | 66,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                               | 350     | 11,36   | 15     | 36,13      | 369,7   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                               |         |         |        |            |         |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника   | 100     | 0,34    |        | 13,81      | 59,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                               | 100     | 0,34    |        | 13,81      | 59,3    |
| <b>Обед</b>               |                               |         |         |        |            |         |
| 1 049                     | Суп-пюре из гороха            | 150     | 4,63    | 2      | 13,55      | 77,5    |
| 943                       | Гренки из пшеничного хлеба    | 5       | 0,65    |        | 3,9        | 20      |
| 907                       | Тефтели мясные с луком        | 50      | 7,56    | 6      | 5,25       | 119,6   |
| 1 126                     | Соус томатный                 | 10      | 0,06    | 1      | 0,58       | 5,6     |
| 998                       | Каша гречневая рассыпчатая    | 110     | 6,84    | 4      | 35,66      | 208,7   |
| 933                       | Компот из яблок и изюма       | 150     | 0,1     |        | 14,8       | 61,4    |
| 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>      |                               | 505     | 22,83   | 14     | 87,29      | 573,5   |
| <b>Полдник</b>            |                               |         |         |        |            |         |
| 892                       | Омлет с картофелем            | 60      | 0,62    | 1      | 0,87       | 14,1    |
| 1 188                     | Чай с сахаром                 | 150     |         |        | 12         | 47,9    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                   | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 25,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                               | 220     | 1,47    | 1      | 17,72      | 87,9    |
| <b>Итого за день</b>      |                               | 1 175   | 36      | 30     | 154,95     | 1 090,4 |



Согласовано:

М.И. Сердеева

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюканова

15.05.2026 (пятница)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                             | Выход г      | Белки г     | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|--|--------------|-------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |  |              |             |           |               |                |
| 852                       | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 180          | 5,18        | 6         | 27,44         | 186,5          |
| 854                       | Чай с молоком                                  | 180          | 1,23        | 1         | 14,4          | 79,2           |
| 97                        | Сыр (порциями)                                 | 10           | 2,69        | 3         |               | 36,3           |
| 693                       | Батон  | 30           | 1,5         | 1         | 12,5          | 78,2           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | <b>400</b>   | <b>10,6</b> | <b>11</b> | <b>54,34</b>  | <b>380,2</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |  |              |             |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |             |           | 11,2          | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | <b>100</b>   |             |           | <b>11,2</b>   | <b>69</b>      |
| <b>Обед</b>               |  |              |             |           |               |                |
| 813                       | Икра кабачковая пром.производства              | 50           | 0,6         | 7         | 3,7           | 48,5           |
| 1 018                     | Суп с крупой пшенной "Волна" со                | 180          | 2,95        | 5         | 13,38         | 112,1          |
| 1 107                     | Биточек рыбный                                 | 70           | 9,28        | 7         | 11,12         | 140,9          |
| 901                       | Соус красный основной                          | 15           | 0,11        | 1         | 1,12          | 11,8           |
| 512                       | Рис припущенный                                | 130          | 3,12        | 3         | 32,11         | 191            |
| 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>      |  | <b>660</b>   | <b>19,9</b> | <b>24</b> | <b>99,08</b>  | <b>690,2</b>   |
| <b>Полдник</b>            |  |              |             |           |               |                |
| 1 182                     | Манник   | 50           | 3,2         | 4         | 30,16         | 167,9          |
| 920                       | Молоко кипяченое                               | 200          | 5,8         | 6         | 9,4           | 120            |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | <b>250</b>   | <b>9</b>    | <b>10</b> | <b>39,56</b>  | <b>287,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |  | <b>1 410</b> | <b>39,5</b> | <b>45</b> | <b>204,18</b> | <b>1 427,3</b> |



Согласовано:

М.И. Сердеева

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюканова

15.05.2026 (пятница)

### Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры               | Наименование блюда                             | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |  |              |              |           |               |                |
| 852                       | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 160          | 4,6          | 5         | 24,39         | 165,8          |
| 854                       | Чай с молоком                                  | 150          | 1,02         | 1         | 12            | 66             |
| 97                        | Сыр (порциями)                                 | 10           | 2,69         | 3         |               | 36,3           |
| 693                       | Батон  | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | <b>350</b>   | <b>9,81</b>  | <b>10</b> | <b>48,89</b>  | <b>346,3</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |  |              |              |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |              |           | 11,2          | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>   | <b>69</b>      |
| <b>Обед</b>               |  |              |              |           |               |                |
| 813                       | Икра кабачковая пром.производства              | 30           | 0,36         | 4         | 2,22          | 29,1           |
| 1 018                     | Суп с крупой пшенной "Волна" со                | 150          | 2,46         | 4         | 11,15         | 93,4           |
| 1 107                     | Биточек рыбный                                 | 50           | 6,63         | 5         | 7,95          | 100,6          |
| 901                       | Соус красный основной                          | 10           | 0,07         | 1         | 0,75          | 7,9            |
| 512                       | Рис припущенный                                | 110          | 2,64         | 3         | 27,17         | 161,6          |
| 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>      |  | <b>530</b>   | <b>15,41</b> | <b>18</b> | <b>81,06</b>  | <b>549,6</b>   |
| <b>Полдник</b>            |  |              |              |           |               |                |
| 1 182                     | Манник   | 50           | 3,2          | 4         | 30,16         | 167,9          |
| 920                       | Молоко кипяченое                               | 150          | 4,35         | 5         | 7,65          | 90             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | <b>200</b>   | <b>7,55</b>  | <b>9</b>  | <b>37,21</b>  | <b>257,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |  | <b>1 180</b> | <b>32,77</b> | <b>37</b> | <b>178,36</b> | <b>1 222,8</b> |