





Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

17.06.2026 (среда)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
852	Каша манная 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
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
<b>Итого за Завтрак</b>		400	12,07	13	52	381,1
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	69
<b>Обед</b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
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	200	14,47	17	39,18	350,8
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		21,6	85,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
<b>Итого за Обед</b>		655	21,56	31	92,53	693,6
<b>Полдник</b>						
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
<b>Итого за Полдник</b>		250	11,02	7	31,28	231,1
<b>Итого за день</b>		1 405	44,65	51	187,01	1 374,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

17.06.2026 (среда)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
852	Каша манная 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
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8
<b>Итого за Завтрак</b>		350	11,04	11	46,94	347,1
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	69
<b>Обед</b>						
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 свининой	160	11,58	13	31,34	280,7
1 797	Кисель из сухофруктов	150	0,21		27,96	113,7
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>		525	17,43	23	83,32	590,7
<b>Полдник</b>						
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
<b>Итого за Полдник</b>		220	11,02	7	28,88	221,5
<b>Итого за день</b>		1 195	39,49	41	170,34	1 228,3

Согласовано



Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

18.06.2025 (четверг)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

печень	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>7,97</b>	<b>15</b>	<b>51,38</b>	<b>394,5</b>
<b>Завтрак 2</b>						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,17</b>		<b>12,18</b>	<b>50,9</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
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	22,1
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>650</b>	<b>24,87</b>	<b>16</b>	<b>52,41</b>	<b>479,3</b>
<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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>260</b>	<b>6,18</b>	<b>6</b>	<b>30,99</b>	<b>208,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 410</b>	<b>39,19</b>	<b>37</b>	<b>146,96</b>	<b>1 133,1</b>

Согласовано



Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

18.06.2025 (четверг)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

печень	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>7,19</b>	<b>14</b>	<b>46,27</b>	<b>362,3</b>
<b>Завтрак 2</b>						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,17</b>		<b>12,18</b>	<b>50,9</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
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	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>525</b>	<b>20,26</b>	<b>13</b>	<b>43,15</b>	<b>393,6</b>
<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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>4,66</b>	<b>4</b>	<b>25,23</b>	<b>163,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 185</b>	<b>32,28</b>	<b>31</b>	<b>126,83</b>	<b>969,9</b>

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

19.06.2023 (пятница)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
848	Каша (пшено,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
<b>Итого за Завтрак</b>		400	10,69	11	64,66	411,7
<b>Завтрак 2</b>						
912	Компот из свежих яблок	100	0,05		11,94	49,6
<b>Итого за Завтрак 2</b>		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
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	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		24,86	106,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
<b>Итого за Обед</b>		615	24,52	19	103,65	716,9
<b>Полдник</b>						
1 297	Запеканка из творога с рисом	70	7,81	7	11,33	137
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
<b>Итого за Полдник</b>		260	13,23	13	23,04	257,5
<b>Итого за день</b>		1 375	48,49	43	203,29	1 435,7

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

19.06.2023 (пятница)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
848	Каша (пшено,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
<b>Итого за Завтрак</b>		350	9,96	10	58,1	375,6
<b>Завтрак 2</b>						
912	Компот из свежих яблок	100	0,05		11,94	49,6
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,05		11,94	49,6
<b>Обед</b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	3	5,48	79,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 107	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	89
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	19,33	15	84,15	578,2
<b>Полдник</b>						
1 297	Запеканка из творога с рисом	50	5,58	5	8,1	97,8
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		210	10,13	10	18,4	200,3
<b>Итого за день</b>		1 165	39,47	35	172,59	1 203,7