

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкинова

06.07.2026 (пн, понедельник)

Краснофимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	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
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>11,63</b>	<b>11</b>	<b>53,3</b>	<b>364,2</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>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	70	5,44	7	11,19	170,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
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	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>600</b>	<b>17,57</b>	<b>18</b>	<b>94,2</b>	<b>651,6</b>
<b>Полдник</b>						
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>10,51</b>	<b>14</b>	<b>51,76</b>	<b>383,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 350</b>	<b>39,88</b>	<b>43</b>	<b>211,44</b>	<b>1 450,5</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкинова

06.07.2026 (пн, понедельник)

Краснофимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,59	5	21,64	152
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>10,85</b>	<b>10</b>	<b>48,19</b>	<b>332</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>						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,62	4	10,68	83,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	50	3,89	5	7,99	121,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,05	3	27,77	160,2
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>		<b>495</b>	<b>14,51</b>	<b>14</b>	<b>87,99</b>	<b>571,6</b>
<b>Полдник</b>						
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>220</b>	<b>9,64</b>	<b>13</b>	<b>50,35</b>	<b>365,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 165</b>	<b>35,17</b>	<b>37</b>	<b>198,71</b>	<b>1 320,3</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

07.07.2025 (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
919	Какао с молоком	180	4,41	5	18,07	171
<b>Итого за Завтрак</b>		400	12,05	21	56,61	514,6
<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>						
1 050	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>		600	24,48	13	53,66	446,1
<b>Полдник</b>						
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
<b>Итого за Полдник</b>		250	12,25	8	31,28	252,8
<b>Итого за день</b>		1 350	49,12	42	155,36	1 272,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

07.07.2025 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 216 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
919	Какао с молоком	150	3,68	4	15,06	142,5
<b>Итого за Завтрак</b>		350	10,64	19	50,72	463,9
<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>						
1 050	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	10,81	3	1,9	81,3
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
699	Напиток лимонный	150	0,2		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>		495	18,87	11	45,09	363,8
<b>Полдник</b>						
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
<b>Итого за Полдник</b>		220	12,04	8	28,88	239,6
<b>Итого за день</b>		1 165	41,89	38	138,5	1 126,6

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркина

08.07.2026 (среда)

Краснофимск ДОУ 3-7 л 237 руб

Код 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. Циркина

08.07.2026 (среда)

Краснофимск Яс 1-3 г 210 руб

Код 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	4,85	3	27,77	160,2
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,36		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	35,5	39	176,97	1 269,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

09.07.2023 (четверг)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	0,03	5	42,14	246,7
933	Компот из яблок и изюма	180	0,11		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	43,89	35	181,53	1 282,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

09.07.2023 (четверг)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 284	Суп молочный с вермишелью	160	7,33	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	4,67	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	0,04	4	35,60	208,7
933	Компот из яблок и изюма	150	0,17		14,8	61,4
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,71	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	0,72	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	1,57	1	17,72	87,9
<b>Итого за день</b>		1 175	36	30	154,95	1 090,4



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

10.07.2025 (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	1,25	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>		400	10,6	11	54,34	380,2
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	69
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
1 018	Суп с крупой пшениной "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	2,12	3	22,11	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>		660	12,7	17	96,78	649,2
<b>Полдник</b>						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
920	Молоко кипяченое	200	5,5	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		250	8,7	10	39,56	287,9
<b>Итого за день</b>		1 410	39,3	38	201,88	1 386,3



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

10.07.2025 (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	24,79	165,8
854	Чай с молоком	150	1,25	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>		350	9,9	10	48,89	346,3
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	69
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,4		0,54	4,5
1 018	Суп с крупой пшениной "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	0,05	1	0,75	7,9
512	Рис припущенный	110	2,14	3	22,17	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>		530	12,29	14	79,68	525
<b>Полдник</b>						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
920	Молоко кипяченое	150	4,5	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		200	7,7	9	37,21	257,9
<b>Итого за день</b>		1 180	32,15	33	176,98	1 198,2