

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюкова

20.07.2026 (пн, понедельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	5,82	24,35	171
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,55	77,7
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
Итого за Завтрак		400	11,63	10,6	53,3	364,2
Завтрак 2						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17	0,05	12,18	50,9
Итого за Завтрак 2		100	0,17	0,05	12,18	50,9
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	4,59	12,82	100,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	70	5,44	6,68	11,19	170,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	3,75	32,82	189,3
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		21,6	85,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		600	17,57	17,63	94,2	651,6
Полдник						
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8,27	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
Итого за Полдник		250	10,51	14,03	51,76	383,8
Итого за день		1 350	39,88	42,31	211,44	1 450,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюкова

20.07.2026 (пн, понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,59	5,17	21,64	152
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,55	77,7
854	Чай с молоком	150	1,02	0,83	12	66
Итого за Завтрак		350	10,85	9,79	48,19	332
Завтрак 2						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17	0,05	12,18	50,9
Итого за Завтрак 2		100	0,17	0,05	12,18	50,9
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,62	3,83	10,68	83,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	50	3,89	4,77	7,99	121,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3,18	27,77	160,2
1 797	Кисель из сухофруктов	150	0,21	0,02	27,96	113,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		495	14,51	14,18	87,99	571,6
Полдник						
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8,27	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		220	9,64	13,07	50,35	365,8
Итого за день		1 165	35,17	37,09	198,71	1 320,3

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Чироканова

21.07.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	7,86	25,91	199,3
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
919	Какао с молоком	180	4,41	4,5	18,07	171
Итого за Завтрак		400	12,05	20,48	56,61	514,6

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	13,81	59,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34	0,14	13,81	59,3

Обед

1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,77	2,04	12,64	76,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 105	Гуляш из курицы	70	15,18	4,72	2,66	113,9
995	Пюре картофельное	130	2,82	4,37	19,09	127,4
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5	22,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		600	24,48	13,74	53,66	446,1

Полдник

1 066	Сырники	60	10,82	6,77	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
Итого за Полдник		250	12,25	7,76	31,28	252,8
Итого за день		1 350	49,12	42,12	155,36	1 272,8

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Чироканова

21.07.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,38	6,99	23,03	177,1
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
919	Какао с молоком	150	3,68	3,75	15,06	142,5
Итого за Завтрак		350	10,64	18,86	50,72	463,9

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	13,81	59,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34	0,14	13,81	59,3

Обед

1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	1,7	10,53	63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 105	Гуляш из курицы	50	10,84	3,37	1,9	81,3
995	Пюре картофельное	110	2,39	3,7	16,16	107,8
699	Напиток лимонный	150	0,02		2,91	18,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		495	18,87	11,15	45,09	363,8

Полдник

1 066	Сырники	60	10,82	6,77	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
854	Чай с молоком	150	1,02	0,83	12	66
Итого за Полдник		220	12,04	7,6	28,88	239,6
Итого за день		1 165	41,89	37,75	138,5	1 126,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Чироканова

22.07.2026 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	6,99	28,61	218,3
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
Итого за Завтрак		400	10,66	10,66	50,98	386,7
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	9,8	73,3
Обед						
1 021	Ворщ с капустой, картофелем и	180	1,37	4,93	9,85	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9,01	11,19	170,4
516	Макаронные изделия отварные с	130	5,5	3,75	32,82	189,3
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		600	22,75	20,38	91,55	647
Полдник						
861	Ватрушка со сметаной	50	5,84	8,84	34,36	224,5
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		250	11,64	15,24	43,76	344,5
Итого за день		1 350	45,45	46,68	196,09	1 451,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Чироканова

22.07.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6,21	25,43	194,1
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
Итого за Завтрак		350	9,94	9,88	49,93	356,5
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	9,8	73,3
Обед						
1 021	Ворщ с капустой, картофелем и	150	1,14	4,11	8,21	74,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	50	7,78	6,44	7,99	121,7
516	Макаронные изделия отварные с	110	4,65	3,18	27,77	160,2
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	0,07	18,27	76,3
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		495	17,97	16,18	75,83	525,4
Полдник						
861	Ватрушка со сметаной	50	5,84	8,84	34,36	224,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		200	10,19	13,64	41,41	314,5
Итого за день		1 145	38,5	40,1	176,97	1 269,7

УДЧ 100-91
Информационно-метод. Ж.л.
Изд.

Б. А. Цирская

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

000 321

ВАСИЛИС ВАР-д/с
Татьяна Владимировна Е.И.
Красноу

ООО "Азбука питания"

Б. А. Цирюкина

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

117010 3A

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова

24.07.2024 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6,14	27,44	186,5
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
Итого за Завтрак		400	10,6	10,8	54,34	380,2

Завтрак 2

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

Обед

836	Огурцы свежие порционно	50	0,4	0,05	1,4	7,5
1 018	Суп с крупной пшеницей "Болна" со	180	2,95	5,17	13,38	112,1
1 107	Биточек рыбный	70	9,28	6,51	11,12	140,9
901	Соус красный основной	15	0,11	0,76	1,12	11,8
512	Рис припущенный	130	3,12	3,47	32,11	191
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		660	19,7	17,5	96,78	649,2

Полдник

1 182	Манник	50	3,2	3,79	30,16	167,9
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		250	9	10,19	39,56	287,9
Итого за день		1 410	39,3	38,49	201,88	1 386,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова

24.07.2024 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	4,6	5,46	24,39	165,8
854	Чай с молоком	150	1,02	0,83	12	66
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
Итого за Завтрак		350	9,81	9,96	48,89	346,3

Завтрак 2

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

Обед

836	Огурцы свежие порционно	30	0,24	0,03	0,84	4,5
1 018	Суп с крупной пшеницей "Болна" со	150	2,46	4,31	11,15	93,4
1 107	Биточек рыбный	50	6,63	4,65	7,95	100,6
901	Соус красный основной	10	0,07	0,51	0,75	7,9
512	Рис припущенный	110	2,64	2,93	27,17	161,6
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	0,07	18,27	76,3
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		530	15,29	13,73	79,68	525

Полдник

1 182	Манник	50	3,2	3,79	30,16	167,9
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		200	7,55	8,59	37,21	257,9
Итого за день		1 180	32,65	32,28	176,98	1 198,2