

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

10.08.2026 (пн, понедельник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№ порции	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,41	6,66	22,7	214,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,55	77,7
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
828	Чай с сахаром	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		400	10,65	10,45	47,12	382,1

Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1,96	16,26	93
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3	0,16	7,81	40
1 308,03	Биточек домашний @	70	11,49	8,18	1,1	128
1 126	Соус томатный	10	0,06	0,67	0,58	5,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	3,75	32,82	189,3
390	Компот из свежих плодов	180	0,03	0,03	4,3	17,8
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		615	27,46	16,21	78,6	568,1
Итого за день		1 015	38,11	26,66	125,72	950,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

11.08.2026 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№ порции	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,06	8	28,52	176,1
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
828	Чай с сахаром	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		400	9,64	16,12	51,02	374,3

Обед						
811	Горошек зеленый консервированный	50	1,55	0,1	3,25	20
1 113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2,2	14,94	87,4
1 114	Клецки	10	0,47	0,44	2,11	14,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
437,06	Гуляш из мяса свинины @	70	7,82	16,5	2,53	165,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5,16	42,14	246,7
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	24,86	106,8
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	25,13	27,26	105,6	746,8
Итого за день		1 060	34,77	43,38	156,62	1 121,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

12.08.2026 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№ порции	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
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,61	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	12,07	12,42	52	381,1

Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	50	0,6	7	3,7	48,5
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	7,3	9,85	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной	200	14,47	16,56	39,18	350,8
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		21,6	85,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28	0,5	7,28	38,9
Итого за Обед		655	21,56	31,27	92,53	693,6
Итого за день		1 055	33,63	43,69	144,53	1 074,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

13.08.2026 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№ 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
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
Итого за Завтрак		400	7,97	14,93	51,38	394,5

Обед

836	Огурцы свежие порционно	50	0,4	0,05	1,4	7,5
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	1,83	4,56	12,44	98,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы	200	17,93	8,65	19,3	245,1
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
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		650	24,87	15,87	52,41	479,3
Итого за день		1 050	32,84	30,8	103,79	873,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

14.08.2026 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	6,96	38,51	243,3
97	Сыр (порциями)	10	2,69	2,8		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
686	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	13,65	53,9
Итого за Завтрак		400	10,69	10,64	64,66	411,7

Обед

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	3,6	6,58	95,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 699,05	Фигурки рыбные @	70	10,25	14,91	5,06	195,4
995	Пюре картофельное	130	2,82	4,37	19,09	127,4
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	15	1,28	0,5	7,28	38,9
Итого за Обед		605	19,86	25,74	70,85	628,9
Итого за день		1 005	30,55	36,38	135,51	1 040,6