

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

Код	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
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
<u>Обед</u>						
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
1 308,03	Биточек домашний @	70	11,49	8,18	1,1	128
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	23,62	19,13	84,11	609,2
<u>Полдник</u>						
450,29	Булочка с посыпкой @ 75 гр.	75	5,93	7,05	41,63	192,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
Итого за Полдник		255	11,15	12,81	50,09	300,8
Итого за день		1 355	46,57	42,59	199,68	1 325,1

17.08.2026 (понеделник)

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
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
<u>Завтрак 2</u>						
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
<u>Обед</u>						
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
1 308,03	Биточек домашний @	50	8,21	5,84	0,79	91,4
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	18,83	15,25	80,79	541,3
<u>Полдник</u>						
450,29	Булочка с посыпкой @ 75 гр.	75	5,93	7,05	41,63	192,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		225	10,28	11,85	48,68	282,8
Итого за день		1 170	40,13	36,94	189,84	1 207

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

18.08.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭП 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
1 024	Гуляш из курицы @	70	12,7	4,53	2,52	178,7
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	22	13,55	53,52	510,9

Полдник						
1 066,01	Сырники @	60	4,2	3,6	9,15	90,4
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	5,63	4,59	26,8	182,1
Итого за день		1 350	40,02	38,76	150,74	1 266,9

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

18.08.2026 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭП 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
1 024	Гуляш из курицы @	50	9,07	3,24	1,8	127,7
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	17,1	11,02	44,99	410,2

Полдник						
1 066,01	Сырники @	60	4,2	3,6	9,15	90,4
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	5,42	4,43	24,4	168,9
Итого за день		1 165	33,5	34,45	133,92	1 102,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

19.08.2026 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенная 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	10,65	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	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	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
1 308	Котлета куриная @	70	12,76	16,09	0,14	142,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	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	24,62	27,46	80,5	618,8

Полдник						
1 330,01	Блинчики @	50	2,75	2,85	17,75	107,9
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		260	8,75	9,25	30,4	240,4
Итого за день		1 360	44,43	47,77	171,68	1 319,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

19.08.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6,21	25,43	194,1
1 188	Чай с сахаром, 200	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	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	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
1 308	Котлета куриная @	50	9,12	11,49	0,1	101,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	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	19,31	21,23	67,94	505,3

Полдник						
1 330,2	Блинчики @	50	1,91	2,38	4,44	51,4
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		210	6,46	7,18	14,74	153,9
Итого за день		1 155	36,11	38,69	142,41	1 089

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

20.08.2026 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп-молочный с вермишелью	180	8,47	5,46	15,13	178,4
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
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,61	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	12,75	16,19	39,82	402,8

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

1 049	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
1 744	Тефтели мясные @	60	7,2	5,93		97,2
1 126	Соус томатный	10	0,06	0,67	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5,16	42,14	246,7
933	Компот из яблок и изюма	180	0,12	0,12	17,76	73,7
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		605	25,84	15,46	100,28	650,6

Полдник

892	Омлет с картофелем	70	0,72	1,05	1,02	16,4
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Полдник		260	1,57	1,38	20,27	99,8
Итого за день		1 365	40,5	33,17	174,18	1 212,5

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

20.08.2026 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп-молочный с вермишелью	160	7,53	4,86	13,45	158,6
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
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,18	10,05	66,8
Итого за Завтрак		350	11,36	15,16	36,13	369,7

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

1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1,63	13,55	77,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65	0,08	3,9	20
1 744	Тефтели мясные @	60	7,2	5,93		97,2
1 126	Соус томатный	10	0,06	0,67	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4,36	35,66	208,7
933	Компот из яблок и изюма	150	0,1	0,1	14,8	61,4
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		515	22,47	14	82,04	551,1

Полдник

892	Омлет с картофелем	60	0,62	0,9	0,87	14,1
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Полдник		220	1,47	1,23	17,72	87,9
Итого за день		1 185	35,64	30,53	149,7	1 068

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

21.08.2026 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

рецепт №	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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 крупой пшенной "Волна" со	180	2,95	5,17	13,38	112,1
1 699,05	Фигурки рыбные @	70	10,25	14,91	5,06	195,4
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	20,67	25,9	90,72	703,7

Полдник

450,41	Манник @	50	3,1	1,9	22,95	120
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		250	8,9	8,3	32,35	240
Итого за день		1 410	40,17	45	188,61	1 392,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

21.08.2026 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

рецепт №	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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 крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4,31	11,15	93,4
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	10,65	3,62	139,6
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	15,98	19,73	75,35	564

Полдник

450,41	Манник @	50	3,1	1,9	22,95	120
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		200	7,45	6,7	30	210
Итого за день		1 180	33,24	36,39	165,44	1 189,3