

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цирюкова

15.09.2026 (пн)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 171	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	3,19	3,8		36,3
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
Итого за Завтрак		400	12,13	11,6	53,3	364,2

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
1 308,03	Бигочек домашний	70	11,49	8,18	1,1	128
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	3,75	26,82	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	78,11	609,2
Итого за день		1 000	35,75	30,73	131,41	973,4

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цирюкова

15.09.2026 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	2,25	0,87	15,42	93
919	Какао с молоком	180	4,41	4,5	18,07	171
Итого за Завтрак		400	12,8	20,48	59,53	529,4

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
Итого за день		1 000	34,8	34,03	113,05	1 040,3

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цирюкова

16.09.2026 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	3,19	3,8		36,3
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
Итого за Завтрак		400	11,91	11,66	53,9	401,5

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	26,82	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	74,5	618,8
Итого за день		1 000	36,53	39,12	128,4	1 020,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

17.09.2026 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№ 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	2,25	0,87	15,42	93
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,61	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	13,5	16,19	42,74	417,6

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	2,81	25
907	Тефтели мясные с луком	60	6,5	7,71	6,3	143,5
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	25,14	17,24	101,58	681,9
Итого за день		1 005	38,64	33,43	144,32	1 099,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

18.09.2026 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№ 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	3,19	3,8		36,3
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
Итого за Завтрак		400	11,85	11,8	57,26	395

Обед

836	Огурцы свежие порционно	50	0,4	0,05	1,4	7,5
1 018	Суп с крупой пшеничной "Волна" со	180	2,95	5,17	13,38	112,1
1 699,05	Фигурки рыбные	50	7,32	10,65	3,62	139,6
901	Соус красный основной	15	0,11	0,76	1,12	11,8
512	Рис припущенный	130	3,09	4,99	32,71	188,1
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		640	17,71	23,16	89,88	645
Итого за день		1 040	29,56	34,96	147,14	1 040