

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

21.09.2026 (понедельник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 049	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	7,53	6,66	22,7	214,2
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,55	77,7
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
828	Чай с сахаром	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		400	13,27	11,45	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	2,81	25
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	26,82	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	67,6	553,1
Итого за день		1 015	40,73	27,66	114,72	935,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

22.09.2026 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	9,86	8,9	23,52	203,1
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
828	Чай с сахаром	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		400	12,19	17,02	48,94	416,1

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	61,8
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	701,8
Итого за день		1 060	37,32	44,28	154,54	1 117,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

23.09.2026 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 170 ГКП ЦРР/1

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
828	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6,14	27,44	186,5
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
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	13,32	13,42	54,92	395,9

Обед						
813	Икра кабачковая пром. производства	50	0,6	7	13,7	48,5
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
444,01	Плов со свининой	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	102,53	693,6
Итого за день		1 055	34,88	44,69	157,45	1 089,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

24.09.2026 (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	2,25	0,87	15,42	93
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
Итого за Завтрак		400	8,72	14,93	54,3	409,3

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	33,59	30,8	106,71	888,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

25.09.2026 (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	15,36	38,51	243,3
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
686	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	13,65	53,9
Итого за Завтрак		400	11,94	20,04	67,58	426,5

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	50	7,32	10,65	3,62	139,6
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		585	16,93	21,48	69,41	573,1
Итого за день		985	28,87	41,52	136,99	999,6