

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова

29.06.2026 (пн, понедельник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                   |              |              |           |              |                |
| 1 013                     | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180          | 5,41         | 7         | 22,7         | 214,2          |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                       | 30           | 2,55         | 1         | 14,55        | 77,7           |
| 97                        | Сыр (порциями)                                    | 10           | 2,69         | 3         |              | 36,3           |
| 828                       | Чай с сахаром                                     | 180          |              |           | 9,87         | 53,9           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                   | <b>400</b>   | <b>10,65</b> | <b>11</b> | <b>47,12</b> | <b>382,1</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                   |              |              |           |              |                |
| 976                       | Яблоки свежие                                     | 100          | 0,4          |           | 9,8          | 73,3           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                   | <b>100</b>   | <b>0,4</b>   |           | <b>9,8</b>   | <b>73,3</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                   |              |              |           |              |                |
| 1 016                     | Суп-пюре овощной                                  | 180          | 2,57         | 5         | 12,54        | 103,1          |
| 943                       | Гренки из пшеничного хлеба                        | 10           | 1,3          |           | 7,81         | 40             |
| 827                       | Биточек мясной рубленый                           | 70           | 5,44         | 7         | 11,19        | 170,4          |
| 1 126                     | Соус томатный                                     | 10           | 0,06         | 1         | 0,58         | 5,6            |
| 516                       | Макаронные изделия отварные с маслом              | 130          | 5,5          | 4         | 32,82        | 189,3          |
| 390                       | Компот из свежих плодов                           | 180          | 0,03         |           | 4,3          | 17,8           |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                     | 25           | 2,68         | 1         | 10,88        | 68,5           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                       | 10           | 0,85         |           | 4,85         | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                   | <b>615</b>   | <b>18,43</b> | <b>18</b> | <b>84,97</b> | <b>620,6</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                   |              |              |           |              |                |
| 1 190,03                  | Ватрушка с творогом                               | 50           | 4,75         | 5         | 15,41        | 124,7          |
| 920                       | Молоко кипяченое                                  | 200          | 5,8          | 6         | 9,4          | 120            |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                   | <b>250</b>   | <b>10,55</b> | <b>11</b> | <b>24,81</b> | <b>244,7</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                   | <b>1 365</b> | <b>40,03</b> | <b>40</b> | <b>166,7</b> | <b>1 320,7</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова

29.06.2026 (пн, понедельник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|---------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                   |              |              |           |               |                |
| 1 013                     | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160          | 4,81         | 6         | 20,18         | 190,4          |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                       | 30           | 2,55         | 1         | 14,55         | 77,7           |
| 97                        | Сыр (порциями)                                    | 10           | 2,69         | 3         |               | 36,3           |
| 828                       | Чай с сахаром                                     | 150          |              |           | 8,23          | 44,9           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                   | <b>350</b>   | <b>10,05</b> | <b>10</b> | <b>42,96</b>  | <b>349,3</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                   |              |              |           |               |                |
| 976                       | Яблоки свежие                                     | 100          | 0,4          |           | 9,8           | 73,3           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                   | <b>100</b>   | <b>0,4</b>   |           | <b>9,8</b>    | <b>73,3</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                   |              |              |           |               |                |
| 1 016                     | Суп-пюре овощной                                  | 150          | 2,14         | 4         | 10,45         | 86             |
| 943                       | Гренки из пшеничного хлеба                        | 5            | 0,65         |           | 3,9           | 20             |
| 827                       | Биточек мясной рубленый                           | 50           | 3,89         | 5         | 7,99          | 121,7          |
| 1 126                     | Соус томатный                                     | 10           | 0,06         | 1         | 0,58          | 5,6            |
| 516                       | Макаронные изделия отварные с маслом              | 110          | 4,65         | 3         | 27,77         | 160,2          |
| 390                       | Компот из свежих плодов                           | 150          | 0,02         |           | 3,58          | 14,9           |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                     | 20           | 2,14         | 1         | 8,7           | 54,8           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                       | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                   | <b>505</b>   | <b>14,4</b>  | <b>14</b> | <b>67,82</b>  | <b>489,1</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                   |              |              |           |               |                |
| 1 190,03                  | Ватрушка с творогом                               | 50           | 4,75         | 5         | 15,41         | 124,7          |
| 920                       | Молоко кипяченое                                  | 150          | 4,35         | 5         | 7,05          | 90             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                   | <b>200</b>   | <b>9,1</b>   | <b>10</b> | <b>22,46</b>  | <b>214,7</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                   | <b>1 155</b> | <b>33,95</b> | <b>34</b> | <b>143,04</b> | <b>1 126,4</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

30.06.2020 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                 |              |              |           |              |                |
| 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         | 0,13         | 66,1           |
| 693                       | Батон                                           | 30           | 1,5          | 1         | 12,5         | 78,2           |
| 828                       | Чай с сахаром                                   | 180          |              |           | 9,87         | 53,9           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | <b>400</b>   | <b>9,64</b>  | <b>16</b> | <b>51,02</b> | <b>374,3</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |              |              |           |              |                |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                     | 100          | 0,34         |           | 13,81        | 59,3           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                 | <b>100</b>   | <b>0,34</b>  |           | <b>13,81</b> | <b>59,3</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                 |              |              |           |              |                |
| 811                       | Горошек зеленый консервированный                | 50           | 1,55         |           | 3,25         | 20             |
| 1 113                     | Суп картофельный с клецками                     | 180          | 1,92         | 2         | 14,94        | 87,4           |
| 1 114                     | Клецки                                          | 10           | 0,47         |           | 2,11         | 14,3           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5            | 1,15         | 1         | 0,04         | 11,8           |
| 437,06                    | Гуляш из мяса свинины                           | 70           | 7,82         | 16        | 2,53         | 165,4          |
| 995                       | Пюре картофельное                               | 130          | 2,82         | 4         | 19,09        | 127,4          |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 180          | 0,31         |           | 21,92        | 91,5           |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 25           | 2,68         | 1         | 10,88        | 68,5           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10           | 0,85         |           | 4,85         | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | <b>660</b>   | <b>19,57</b> | <b>24</b> | <b>79,61</b> | <b>612,2</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |              |              |           |              |                |
| 1 182                     | Манник                                          | 50           | 3,2          | 4         | 30,16        | 167,9          |
| 854                       | Чай с молоком                                   | 200          | 1,36         | 1         | 16           | 88,1           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | <b>250</b>   | <b>4,56</b>  | <b>5</b>  | <b>46,16</b> | <b>256</b>     |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | <b>1 410</b> | <b>34,11</b> | <b>45</b> | <b>190,6</b> | <b>1 301,8</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

30.06.2020 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                 |              |              |           |               |                |
| 235,05                    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 160          | 7,16         | 7         | 25,35         | 156,5          |
| 1 259,01                  | Масло сливочное (порциями)                      | 10           | 0,08         | 7         | 0,13          | 66,1           |
| 693                       | Батон                                           | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2           |
| 828                       | Чай с сахаром                                   | 150          |              |           | 8,23          | 44,9           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | <b>350</b>   | <b>8,74</b>  | <b>15</b> | <b>46,21</b>  | <b>345,7</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |              |              |           |               |                |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                     | 100          | 0,34         |           | 13,81         | 59,3           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                 | <b>100</b>   | <b>0,34</b>  |           | <b>13,81</b>  | <b>59,3</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                 |              |              |           |               |                |
| 811                       | Горошек зеленый консервированный                | 30           | 0,93         |           | 1,95          | 12             |
| 1 113                     | Суп картофельный с клецками                     | 150          | 1,6          | 2         | 12,45         | 72,9           |
| 1 114                     | Клецки                                          | 10           | 0,47         |           | 2,11          | 14,3           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 437,06                    | Гуляш из мяса свинины                           | 50           | 5,59         | 12        | 1,81          | 118,2          |
| 995                       | Пюре картофельное                               | 110          | 2,39         | 4         | 16,16         | 107,8          |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 150          | 0,26         |           | 18,27         | 76,3           |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 20           | 2,14         | 1         | 8,7           | 54,8           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | <b>535</b>   | <b>15,38</b> | <b>20</b> | <b>66,34</b>  | <b>494</b>     |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |              |              |           |               |                |
| 1 182                     | Манник                                          | 50           | 3,2          | 4         | 30,16         | 167,9          |
| 854                       | Чай с молоком                                   | 150          | 1,02         | 1         | 12            | 66             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | <b>200</b>   | <b>4,22</b>  | <b>5</b>  | <b>42,16</b>  | <b>233,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | <b>1 185</b> | <b>28,68</b> | <b>40</b> | <b>168,52</b> | <b>1 132,9</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

01.07.2026 (среда)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                             | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                |              |              |           |               |                |
| 852                       | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 180          | 5,18         | 6         | 27,44         | 186,5          |
| 97                        | Сыр (порциями)                                 | 10           | 2,69         | 3         |               | 36,3           |
| 693                       | Батон                                          | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2           |
| 1 110                     | Кофейный напиток с молоком                     | 180          | 2,7          | 3         | 12,06         | 80,1           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                | <b>400</b>   | <b>12,07</b> | <b>13</b> | <b>52</b>     | <b>381,1</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                |              |              |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |              |           | 11,2          | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>   | <b>69</b>      |
| <b>Обед</b>               |                                                |              |              |           |               |                |
| 813                       | Икра кабачковая пром.производства              | 50           | 0,6          | 7         | 3,7           | 48,5           |
| 1 021                     | Борщ с капустой, картофелем и сметаной         | 180          | 1,37         | 5         | 9,85          | 89,6           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)            | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 444,01                    | Плов со свиной                                 | 200          | 14,47        | 17        | 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         | 10,88         | 68,5           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                    | 15           | 1,28         |           | 7,28          | 38,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                | <b>655</b>   | <b>21,56</b> | <b>31</b> | <b>92,53</b>  | <b>693,6</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                |              |              |           |               |                |
| 1 066                     | Сырники                                        | 60           | 10,82        | 7         | 13,63         | 161,1          |
| 1 142                     | Повидло                                        | 10           | 0,2          |           | 3,25          | 12,5           |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                  | 180          |              |           | 14,4          | 57,5           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                | <b>250</b>   | <b>11,02</b> | <b>7</b>  | <b>31,28</b>  | <b>231,1</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                | <b>1 405</b> | <b>44,65</b> | <b>51</b> | <b>187,01</b> | <b>1 374,8</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

01.07.2026 (среда)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                             | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                |              |              |           |               |                |
| 852                       | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 160          | 4,6          | 5         | 24,39         | 165,8          |
| 97                        | Сыр (порциями)                                 | 10           | 2,69         | 3         |               | 36,3           |
| 693                       | Батон                                          | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2           |
| 1 110                     | Кофейный напиток с молоком                     | 150          | 2,25         | 2         | 10,05         | 66,8           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                | <b>350</b>   | <b>11,04</b> | <b>11</b> | <b>46,94</b>  | <b>347,1</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                |              |              |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |              |           | 11,2          | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>   | <b>69</b>      |
| <b>Обед</b>               |                                                |              |              |           |               |                |
| 813                       | Икра кабачковая пром.производства              | 30           | 0,36         | 4         | 2,22          | 29,1           |
| 1 021                     | Борщ с капустой, картофелем и сметаной         | 150          | 1,14         | 4         | 8,21          | 74,7           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)            | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 444,01                    | Плов со свиной                                 | 160          | 11,58        | 13        | 31,34         | 280,7          |
| 1 797                     | Кисель из сухофруктов                          | 150          | 0,21         |           | 27,96         | 113,7          |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                  | 20           | 2,14         | 1         | 8,7           | 54,8           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                    | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                | <b>525</b>   | <b>17,43</b> | <b>23</b> | <b>83,32</b>  | <b>590,7</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                |              |              |           |               |                |
| 1 066                     | Сырники                                        | 60           | 10,82        | 7         | 13,63         | 161,1          |
| 1 142                     | Повидло                                        | 10           | 0,2          |           | 3,25          | 12,5           |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                  | 150          |              |           | 12            | 47,9           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                | <b>220</b>   | <b>11,02</b> | <b>7</b>  | <b>28,88</b>  | <b>221,5</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                | <b>1 195</b> | <b>39,49</b> | <b>41</b> | <b>170,34</b> | <b>1 228,3</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

02.07.2026 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                 |              |              |           |               |                |
| 1 111                     | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180          | 5,16         | 6         | 24,35         | 171            |
| 1 259,01                  | Масло сливочное (порциями)                      | 10           | 0,08         | 7         | 0,13          | 66,1           |
| 693                       | Батон                                           | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2           |
| 854                       | Чай с молоком                                   | 180          | 1,23         | 1         | 14,4          | 79,2           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | <b>400</b>   | <b>7,97</b>  | <b>15</b> | <b>51,38</b>  | <b>394,5</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |              |              |           |               |                |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 100          | 0,17         |           | 12,18         | 50,9           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                 | <b>100</b>   | <b>0,17</b>  |           | <b>12,18</b>  | <b>50,9</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                 |              |              |           |               |                |
| 836                       | Огурцы свежие порционно                         | 50           | 0,4          |           | 1,4           | 7,5            |
| 1 058                     | Суп Крестьянский с крупой, сметаной             | 180          | 1,83         | 5         | 12,44         | 98,4           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 071                     | Рагу из птицы                                   | 200          | 17,93        | 9         | 19,3          | 245,1          |
| 699                       | Напиток лимонный                                | 180          | 0,03         |           | 3,5           | 22,1           |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 25           | 2,68         | 1         | 10,88         | 68,5           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | <b>650</b>   | <b>24,87</b> | <b>16</b> | <b>52,41</b>  | <b>479,3</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |              |              |           |               |                |
| 961                       | Омлет с капустой                                | 70           | 5,33         | 6         | 11,74         | 125            |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                   | 180          |              |           | 14,4          | 57,5           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | <b>260</b>   | <b>6,18</b>  | <b>6</b>  | <b>30,99</b>  | <b>208,4</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | <b>1 410</b> | <b>39,19</b> | <b>37</b> | <b>146,96</b> | <b>1 133,1</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

02.07.2026 (четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал      |
|---------------------------|-------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                 |              |              |           |               |              |
| 1 111                     | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160          | 4,59         | 5         | 21,64         | 152          |
| 1 259,01                  | Масло сливочное (порциями)                      | 10           | 0,08         | 7         | 0,13          | 66,1         |
| 693                       | Батон                                           | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2         |
| 854                       | Чай с молоком                                   | 150          | 1,02         | 1         | 12            | 66           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | <b>350</b>   | <b>7,19</b>  | <b>14</b> | <b>46,27</b>  | <b>362,3</b> |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |              |              |           |               |              |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 100          | 0,17         |           | 12,18         | 50,9         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                 | <b>100</b>   | <b>0,17</b>  |           | <b>12,18</b>  | <b>50,9</b>  |
| <b>Обед</b>               |                                                 |              |              |           |               |              |
| 836                       | Огурцы свежие порционно                         | 30           | 0,24         |           | 0,84          | 4,5          |
| 1 058                     | Суп Крестьянский с крупой, сметаной             | 150          | 1,52         | 4         | 10,37         | 82           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8         |
| 1 071                     | Рагу из птицы                                   | 160          | 14,34        | 7         | 15,44         | 196,1        |
| 699                       | Напиток лимонный                                | 150          | 0,02         |           | 2,91          | 18,5         |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 20           | 2,14         | 1         | 8,7           | 54,8         |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9         |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | <b>525</b>   | <b>20,26</b> | <b>13</b> | <b>43,15</b>  | <b>393,6</b> |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |              |              |           |               |              |
| 961                       | Омлет с капустой                                | 50           | 3,81         | 4         | 8,38          | 89,3         |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9         |
| 1 188                     | Чай с сахаром                                   | 150          |              |           | 12            | 47,9         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | <b>210</b>   | <b>4,66</b>  | <b>4</b>  | <b>25,23</b>  | <b>163,1</b> |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | <b>1 185</b> | <b>32,28</b> | <b>31</b> | <b>126,83</b> | <b>969,9</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

03.07.2026 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 848                       | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 180     | 6,45       | 7         | 38,51           | 243,3   |
| 97                        | Сыр (порциями)                                      | 10      | 2,69       | 3         |                 | 36,3    |
| 693                       | Батон                                               | 30      | 1,5        | 1         | 12,5            | 78,2    |
| 686                       | Чай с лимоном                                       | 180     | 0,05       |           | 13,65           | 53,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                     | 400     | 10,69      | 11        | 64,66           | 411,7   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 912                       | Компот из свежих яблок                              | 100     | 0,05       |           | 11,94           | 49,6    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                     | 100     | 0,05       |           | 11,94           | 49,6    |
| <b>Обед</b>               |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 124                       | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной       | 180     | 1,37       | 4         | 6,58            | 95,4    |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                 | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 107                     | Биточек рыбный                                      | 70      | 9,28       | 7         | 11,12           | 140,9   |
| 998                       | Каша гречневая рассыпчатая                          | 130     | 8,08       | 5         | 42,14           | 246,7   |
| 901                       | Соус красный основной                               | 10      | 0,07       | 1         | 0,75            | 7,9     |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                         | 180     | 0,61       |           | 24,86           | 106,8   |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                       | 25      | 2,68       | 1         | 10,88           | 68,5    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                         | 15      | 1,28       |           | 7,28            | 38,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                     | 615     | 24,52      | 19        | 103,65          | 716,9   |
| <b>Полдник</b>            |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 141,09                  | Печенье детское                                     | 60      | 4,5        | 6         | 34              | 244,2   |
| 920                       | Молоко кипяченое                                    | 200     | 5,8        | 6         | 9,4             | 120     |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                     | 260     | 10,3       | 12        | 43,4            | 364,2   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                     | 1 375   | 45,56      | 42        | 223,65          | 1 542,4 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

03.07.2026 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                                  | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-----------------------------------------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 848                       | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 160     | 5,73       | 6         | 34,23           | 216,2   |
| 97                        | Сыр (порциями)                                      | 10      | 2,69       | 3         |                 | 36,3    |
| 693                       | Батон                                               | 30      | 1,5        | 1         | 12,5            | 78,2    |
| 686                       | Чай с лимоном                                       | 150     | 0,04       |           | 11,37           | 44,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                     | 350     | 9,96       | 10        | 58,1            | 375,6   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 912                       | Компот из свежих яблок                              | 100     | 0,05       |           | 11,94           | 49,6    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                     | 100     | 0,05       |           | 11,94           | 49,6    |
| <b>Обед</b>               |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 124                       | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной       | 150     | 1,14       | 3         | 5,48            | 79,5    |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                 | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 1 107                     | Биточек рыбный                                      | 50      | 6,63       | 5         | 7,95            | 100,6   |
| 998                       | Каша гречневая рассыпчатая                          | 110     | 6,84       | 4         | 35,66           | 208,7   |
| 901                       | Соус красный основной                               | 10      | 0,07       | 1         | 0,75            | 7,9     |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                         | 150     | 0,51       |           | 20,72           | 89      |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                       | 20      | 2,14       | 1         | 8,7             | 54,8    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                         | 10      | 0,85       |           | 4,85            | 25,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                     | 505     | 19,33      | 15        | 84,15           | 578,2   |
| <b>Полдник</b>            |                                                     |         |            |           |                 |         |
| 1 141,09                  | Печенье детское                                     | 30      | 2,25       | 3         | 17              | 122,1   |
| 920                       | Молоко кипяченое                                    | 180     | 5,22       | 6         | 8,46            | 108     |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                     | 210     | 7,47       | 9         | 25,46           | 230,1   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                     | 1 165   | 36,81      | 34        | 179,65          | 1 233,5 |