

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинов

27.09.2025 (пн)

27.09.2025 (пн)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	179,7
1 148	Хлеб ржаной	20	68	26	388	2 072
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		410	77,21	36	428,35	2 376,1
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	88
Обед						
811	Горошек зеленый консервированный	60	1,86		3,9	24
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	80	6,22	8	12,79	194,8
512	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	30	102	40	582	3 108
Итого за Обед		745	119,79	62	671,36	3 769,8
Полдник						
1 099	Запеканка картофельная с мясом птицы	150	3,58	9	32,23	225,1
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	102	40	582	3 108
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
Итого за Полдник		390	115,87	56	648,35	3 589,3
Итого за день		1 665	313,35	154	1 759,82	9 823,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинов

27.09.2025 (пн)

27.09.2025 (пн)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,59	5	21,64	159,8
1 148	Хлеб ржаной	20	68	26	388	2 072
97	Сыр (порциями)	5	1,35	1		18,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		365	75,17	33	424,04	2 329,2
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	88
Обед						
811	Горошек зеленый консервированный	40	1,24		2,6	16
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,62	4	10,68	83,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	70	5,44	7	11,19	170,4
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
1 318	Кисель витаминизированный	150	0,01		5,7	13,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
Итого за Обед		605	99,83	52	559,14	3 145,2
Полдник						
1 099	Запеканка картофельная с мясом птицы	120	2,86	7	25,78	180,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
1 148	Хлеб ржаной	15	51	20	291	1 554
919	Какао с молоком	150	5,9	5	15,06	142,5
Итого за Полдник		300	61,37	33	339,87	1 919,2
Итого за день		1 390	236,85	118	1 334,81	7 481,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

23.09.2025 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	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	8	25,91	199,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	10,87	23	48,85	463,4
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	8	4,44	58,2
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,97	2	14,04	85
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 699,05	Фигурки рыбные @	100	14,64	21	7,23	279,1
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5	16,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 147	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
Итого за Обед		735	27,09	38	78,94	741,1
Полдник						
1 066	Сырники	120	2,49	2	3,25	38,5
1 142	Повидло	20	0,08		13	50
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		340	8,37	8	25,65	208,5
Итого за день		1 575	46,67	69	167,25	1 477,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

23.09.2025 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	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	8	25,91	199,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8
Итого за Завтрак		360	9,89	19	44,12	404,1
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	10,53	63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 699,05	Фигурки рыбные @	100	14,64	21	7,23	279,1
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
699	Напиток лимонный	150	0,02		2,91	14
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	25	85	33	485	2 590
Итого за Обед		600	107,3	68	535,53	3 162
Полдник						
1 066	Сырники	100	2,08	1	2,71	32,1
1 142	Повидло	20	0,08		13	50
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		270	6,51	6	22,76	172,1
Итого за день		1 330	124,04	93	616,22	3 802,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинова

24.09.2025 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
Итого за Завтрак		410	10,66	10	58,71	404,1
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	88
Обед						
812	Кукуруза консервированная	60	1,23	2	6,48	53,4
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
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	80	12,44	10	12,79	194,8
959	Рагу из овощей	140	3	6	19,8	146,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	102	40	582	3 108
Итого за Обед		705	124,71	65	668,93	3 781,1
Полдник						
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		260	10,96	9	43,41	302,8
Итого за день		1 495	146,81	84	782,81	4 576

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинова

24.09.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6	25,43	194,1
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
Итого за Завтрак		370	9,94	9	53,93	373,6
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	88
Обед						
812	Кукуруза консервированная	40	0,82	2	4,32	35,6
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
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	60	9,33	8	9,59	146,1
959	Рагу из овощей	110	2,35	5	15,56	115,3
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	68	26	388	2 072
Итого за Обед		555	85,19	47	454,69	2 588,6
Полдник						
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
Итого за Полдник		240	10,38	9	42,61	292,2
Итого за день		1 285	105,99	65	562,99	3 342,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирканова

25.09.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	200	4,92	6	17,08	144,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		420	9,73	21	40,02	408,6
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,06	113,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
907	Тефтели мясные с луком	80	12,1	9	8,41	191,3
1 126	Соус томатный	15	0,09		0,87	8,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	5	32,82	189,3
933	Компот из яблок и изюма	180	0,12		17,76	73,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	102	40	582	3 108
Итого за Обед		735	130,97	57	685,46	3 818,1
Полдник						
972	Омлет натуральный	150	11,09	10	12,77	220,3
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
Итого за Полдник		340	12,16	10	32,52	306,2
Итого за день		1 595	153,2	88	771,81	4 597,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирканова

25.09.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	170	4,18	5	14,52	122,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8
Итого за Завтрак		350	8,01	16	32,73	327,6
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
1 126	Соус томатный	15	0,09		0,87	8,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	5	30,3	174,8
933	Компот из яблок и изюма	150	0,1		14,8	61,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	68	26	388	2 072
Итого за Обед		580	91,5	41	470,31	2 650,2
Полдник						
972	Омлет натуральный	150	11,09	10	12,77	220,3
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
Итого за Полдник		310	12,16	10	30,12	296,6
Итого за день		1 340	112,01	67	546,97	3 338,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широконов



(пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ 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	27,44	186,5
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	18,8	162,7
Итого за Завтрак		400	17,84	17	64,31	520,2
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
Итого за Завтрак 2		180			20,16	85,5
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	60	0,72	8	4,44	58,2
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	200	3,28	6	14,87	124,6
1 699,05	Фигурки рыбные @	100	14,64	21	7,23	279,1
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
1 148	Хлеб ржаной	30	102	40	582	3 108
Итого за Обед		745	126,92	81	666,29	3 883,5
Полдник						
1 182	Манник	60	3,83	5	36,19	201,4
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		260	9,63	11	45,59	321,4
Итого за день		1 585	154,39	109	796,35	4 810,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широконов



(пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	4,32	5	22,87	155,4
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
Итого за Завтрак		360	15,59	14	55,04	448,4
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
Итого за Завтрак 2		180			20,16	85,5
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4	11,15	93,4
1 699,05	Фигурки рыбные @	100	14,64	21	7,23	279,1
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
912	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	74,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	68	26	388	2 072
Итого за Обед		605	90,34	63	455,23	2 734
Полдник						
1 182	Манник	60	3,83	5	36,19	201,4
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		210	8,18	10	43,24	291,4
Итого за день		1 355	114,11	87	573,67	3 559,3