

Согласовано:

утверждает директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цирюкина

31.04.2025 (понедельник)



## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111	Крем-дairyная молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,43	7	20,96	192
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	33,8
97	Сыр (порциями)	5	1,35	1		18,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>8,71</b>	<b>10</b>	<b>45,06</b>	<b>343,2</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b>Обед</b>						
1 175	Рассольник домашний со сметаной	150	1,43	4	9,59	69,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
827	Биточек мясной рубленый	50	3,89	5	7,99	121,7
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,75	2	28,39	156
1 318	Кисель витаминизированный	150	0,04		28,5	69,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>515</b>	<b>14,37</b>	<b>14</b>	<b>91,22</b>	<b>523</b>
<b>Полдник</b>						
1 073	Пудинг творожно-манный	130	10,81	8	12,95	178,1
1 142	Повидло	10	0,01		1,64	6,8
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>310</b>	<b>12,74</b>	<b>8</b>	<b>33,02</b>	<b>285,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 290</b>	<b>35,82</b>	<b>32</b>	<b>180,5</b>	<b>1 198,0</b>

Согласовано:



Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирикова

22.04.2022

(вторник)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
850	Капша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	25	1,56	5	10,34	94,4
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>11,25</b>	<b>18</b>	<b>47,03</b>	<b>407,7</b>
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>12,81</b>	<b>60,3</b>
<b>Обед</b>						
999	Капуста тушеная	30	0,52	1	3,63	23,6
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 @	50	7,32	11	3,62	139,6
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
699	Напиток лимонный	150	0,11		14,57	69,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>67,89</b>	<b>546,2</b>
<b>Полдник</b>						
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14	169,5
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>3,19</b>	<b>4</b>	<b>40,01</b>	<b>223,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>30,78</b>	<b>44</b>	<b>167,74</b>	<b>1 237,6</b>



Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Широжинов



24.06.2025 (четверг)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 284	Омлет с грибами с вермишелью	170	8	5	14,29	168,5
808,07	Бутерброд с маслом сливочным (1)	25	1,56	5	10,34	94,4
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>13,19</b>	<b>15</b>	<b>35,41</b>	<b>376,9</b>
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,81	60,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>12,81</b>	<b>60,3</b>
<b>Обед</b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,58	81,2
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	50	8,48	7	6,86	127,4
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
1 032	Каша гречневая вязкая.	120	3,23	3	20,4	136,8
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,83	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>20,1</b>	<b>13</b>	<b>69,68</b>	<b>505,1</b>
<b>Полдник</b>						
892	Омлет с картофелем 150	60	4,1	3	5,78	83,1
699	Напиток лимонный	150	0,11		14,57	69,8
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>6,13</b>	<b>3</b>	<b>30,35</b>	<b>210,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>19,76</b>	<b>33</b>	<b>148,45</b>	<b>1 152,5</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирякенова

25.04.2023 (пятница)

## Красноуфимск Яс 1-3 з 202 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	150	5,61	6	20,33	140,9
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>16,18</b>	<b>15</b>	<b>46,97</b>	<b>385,8</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>47,5</b>
<b>Обед</b>						
811	Горошек зеленый консервированный	20	0,62		1,3	8
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	150	2,46	4	11,06	92,3
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
995	Пюре картофельное	110	2,43	6	19,93	154
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	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>16,08</b>	<b>23</b>	<b>70,87</b>	<b>567,6</b>
<b>Полдник</b>						
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>9,51</b>	<b>9</b>	<b>42,46</b>	<b>286,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 195</b>	<b>41,77</b>	<b>47</b>	<b>171,5</b>	<b>1 287,7</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026