

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

23.06.2025 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 013	Каша овсяная молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,45	170,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
Итого за Завтрак		355	7,31	14	41,93	348,4
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
1 016	Суп-пюре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5
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	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,69	3	28,02	155,4
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		515	14,37	13	85,31	570,9
Полдник						
1 190	Ватрушка с творогом*	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		200	9,1	10	22,46	214,7
Итого за день		1 170	30,78	37	160,9	1 181,5

Согласовано: 



Красноярский

№	Наименование
Подпись	

АЗБУКА

рождаю директором
'Азбука питания'
Б.А. Широконова
24.06.2025 (г.)

Красноуфимск Яс 1-3 з 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

235,05	Капша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	7,28	8	25,35	180,6
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	7	8,67	98,7
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
	Итого за Завтрак:	365	8,6	15	43,89	333,2

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
	Итого за 3 квартала 2	100	0,34		12,82	60,3

Обед

836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,6	2	12,45	72,9
1 114	Клецки @	30	1,42	1	6,34	43
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	20	2,53	165,4
995	Пюре картофельное	110	2,42	6	19,81	155
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,05		3,8	18
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		575	17,69	31	61,36	554,3

Полдник

1 182	Манник	50	3,19	4	30,14	169,5
686	Чай с лимоном @	150	0,04		11,37	44,9
Итого за Подлинк		200	3,23	4	41,51	214,4
Итого за день		1 240	29,86	50	159,58	1 162,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

25.06.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ пемпитуры	Применование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,98	6	21,69	150,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		365	10,7	10	44,66	303,4
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	2,27	4	10,41	88,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной	130	9,41	11	25,47	228,1
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
Итого за Обед		465	15,86	17	79,97	481,5
Полдник						
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
Итого за Полдник		220	11,49	7	33,62	258,9
Итого за день		1 150	38,45	34	168,05	1 117,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

26.06.2023 (четверг)

Краснофимск Яс 1-3 г 202 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
---	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	4,7	7	22,27	204
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
Итого за Завтрак		350	9,91	20	43,46	436,5

Завтрак 2

928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,04		2,54	12
Итого за Завтрак 2		100	0,04		2,54	12

Обед

811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
84	Суп картофельный со сметаной	150	1,61	3	12,17	78,1
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 021	Рагу из мяса птицы @	150	17,36	16	17,46	246,4
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
Итого за Обед		515	24,15	21	61,74	501,8

Полдник

1 284	Суп молочный с вермишелью	150	7,06	5	12,61	148,7
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		310	7,91	5	29,46	223,5
Итого за день		1 275	42,01	46	137,2	1 173,8

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироманова

27.06.2025 (пятница)

Краснофимск Яс 1-3 г 202 руб

№ п.ч.	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	150	6,89	8	32,19	203,2
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
686	Чай с лимоном @	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Завтрак		355	10,43	11	54,41	331
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,48	79,5
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,11	3	30,57	169,6
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		19,22	90,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		550	18,57	21	76,44	591
Полдник						
769	Булочка домашняя	40	3,02	5	24,74	157,6
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Полдник		190	4,04	6	36,74	223,6
Итого за день		1 195	33,04	38	178,79	1 193,1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026