

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

23.06.2025 (понедельник)

Краснофимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23	200,2
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 @	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		415	8,21	15	47,35	387,4

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	200	2,02	4	12,62	118
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	20	0,12	1	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,96	3	35,66	197,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		655	18,97	16	109,73	743,8

Полдник

1 190	Ватрушка с творогом*	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		250	10,55	11	24,81	244,7
Итого за день		1 420	37,73	42	193,09	1 423,4

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинов

24.06.2025 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,19	9	28,52	203,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	8	10,41	118,5
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		410	9,77	17	49,9	381,5
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		12,82	60,3
Итого за Завтрак 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	180	1,92	2	14,94	87,4
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	120	2,64	7	21,61	169
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,06		4,56	21,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		650	18,77	32	69,08	600,5
Полдник						
1 182	Манник	50	3,19	4	30,14	169,5
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Полдник		250	3,25	4	45,3	229,4
Итого за день		1 410	32,13	53	177,1	1 271,7

121

Согласовано:



Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широкова



25.06.2025 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,73	7	24,4	169,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		410	12,28	11	50,69	345,9
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3
<u>Обед</u>						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной	150	10,85	12	29,38	263,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,05		38	92,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,12	1	12,12	67,2
Итого за Обед		605	19,87	21	106,78	623,6
<u>Полдник</u>						
1 066	Сырники	50	10,38	7	13,54	160,6
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
Итого за Полдник		250	11,49	7	35,26	267,9
Итого за день		1 365	44,04	39	202,53	1 310,7

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркина

26.06.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,98	8	23,58	216
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,84	9	12,15	138,3
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	4,35	6	12,94	136,8
Итого за Завтрак		395	11,17	23	48,67	491,1
<u>Завтрак 2</u>						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,04		2,54	12
Итого за Завтрак 2		100	0,04		2,54	12
<u>Обед</u>						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
84	Суп картофельный со сметаной	180	1,93	3	14,6	93,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 021	Рагу из мяса птицы @	170	19,68	18	19,79	279,2
699	Напиток лимонный	180	0,13		17,49	83,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		600	27,34	23	72,09	578,3
<u>Полдник</u>						
1 284	Суп молочный с вермишелью	150	7,06	5	12,61	148,7
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник		360	8,13	5	33,96	240,9
Итого за день		1 455	46,68	51	157,26	1 322,3

(подпись)

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

27.06.2023 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	8,27	9	38,63	243,9
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
Итого за Завтрак		410	12,52	12	64,08	392,5

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	200	1,52	5	7,31	106
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	130	5,54	3	33,12	183,7
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
897	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
Итого за Обед		645	20,01	22	87,34	663,9

Полдник

769	Булочка домашняя	40	3,02	5	24,74	157,6
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Полдник		220	4,25	6	39,14	236,8
Итого за день		1 375	36,78	40	201,76	1 340,7