

Согласовано



*А. В. [Signature]*

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

11.08.2025 (подпись)

## Красноуфимск Яс 1-3 з 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,59	5	21,64	152
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8
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>8,87</b>	<b>8</b>	<b>45,74</b>	<b>303,2</b>
<b><u>Завтрак 2</u></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><u>Обед</u></b>						
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	50	3,89	5	7,99	121,7
959	Рагу из овощей	130	2,78	6	18,39	136,3
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	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>515</b>	<b>12,44</b>	<b>17</b>	<b>58,35</b>	<b>450,9</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	1,44	1	4,8	35,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>330</b>	<b>4,65</b>	<b>2</b>	<b>29,08</b>	<b>165,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 310</b>	<b>26,13</b>	<b>27</b>	<b>145,35</b>	<b>970,8</b>

(1)

Согласовано:



*Ар*

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова



## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руо

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	7,44	8	37,36	255,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	9	8,68	115
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	3,63	5	10,78	114
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>12,39</b>	<b>22</b>	<b>56,82</b>	<b>484,2</b>
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,07		2,56	12,1
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,07</b>		<b>2,56</b>	<b>12,1</b>
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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
512	Рис припущенный	110	2,64	4	27,17	161,6
699	Напиток лимонный	150	0,02		2,91	14
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>15,96</b>	<b>23</b>	<b>62,04</b>	<b>503,5</b>
<u>Полдник</u>						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>230</b>	<b>3,2</b>	<b>4</b>	<b>40,03</b>	<b>221,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 210</b>	<b>31,62</b>	<b>49</b>	<b>161,45</b>	<b>1 221,6</b>

*А*

Согласовано:



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



**Красноуфимск Яс 1-3 з 202 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6	26,08	164,8
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	11,75	101,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>365</b>	<b>9,24</b>	<b>9</b>	<b>47,7</b>	<b>320,4</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
1 037	Нектарины	60	0,55		5,45	26,7
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>60</b>	<b>0,55</b>		<b>5,45</b>	<b>26,7</b>
<b><u>Обед</u></b>						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,1	4	7,91	72,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	50	7,78	6	7,99	121,7
901	Соус красный основной	20	0,14	1	1,5	15,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,38	8	23,18	130,9
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	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>545</b>	<b>20,73</b>	<b>21</b>	<b>76,39</b>	<b>524,9</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 066	Сырники	50	1,04	1	1,35	16,1
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>5,43</b>	<b>6</b>	<b>14,9</b>	<b>131,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 180</b>	<b>35,95</b>	<b>36</b>	<b>144,44</b>	<b>1 003,1</b>

М

Согласовано:



Утверждает директор  
ООО "Азбука Питания"



### Краснофимск Яс 1-3 г 202 руо

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ кккал
<i>Завтрак</i>						
101	Суп молочный с крупой	170	4,18	5	14,52	122,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>345</b>	<b>7,75</b>	<b>15</b>	<b>31,37</b>	<b>304,6</b>
<i>Завтрак 2</i>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,07		9,1	33
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,07</b>		<b>9,1</b>	<b>33</b>
<i>Обед</i>						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
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
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	3	30,3	174,8
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		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>525</b>	<b>21,94</b>	<b>14</b>	<b>79,55</b>	<b>546,9</b>
<i>Полдник</i>						
892	Омлет с картофелем	60	0,62	1	0,87	14,1
699	Напиток лимонный	150	0,02		2,91	14
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>2,56</b>	<b>1</b>	<b>13,98</b>	<b>83,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 200</b>	<b>32,32</b>	<b>30</b>	<b>134</b>	<b>967,9</b>

*Р*

Согласовано:


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


## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 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	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	11,75	101,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>355</b>	<b>16,18</b>	<b>15</b>	<b>50,15</b>	<b>413,6</b>
<u>Завтрак 2</u>						
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>
<u>Обед</u>						
813	Икра кабачковая пром.производства	20	0,24	3	1,48	19,4
1 018	Суп с крупой пшенной "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
512	Рис припущенный	110	2,64	4	27,17	161,6
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>15,91</b>	<b>24</b>	<b>78,29</b>	<b>586,6</b>
<u>Полдник</u>						
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>41,6</b>	<b>48</b>	<b>182,1</b>	<b>1 334,5</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026