

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова

18.08.2025 (пятидельник)

Красноуфимск Яс 1-3 с 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн ккал
Завтрак						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	170	6,72	7	17,2	170,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
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	8,93	15	37,69	348,5
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	4,65	3	27,77	160,2
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,1		13,65	49,5
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	13,92	13	79,49	534,7
Полдник						
1 190	Ватрушка с творогом, 100 гр.	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	31,95	38	150,84	1 145,4

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цироманова

19.08.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 с 202 руб

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

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,08	5	25,35	164,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		365	5,4	13	42,02	333,4

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,07		9,1	33
Итого за Завтрак 2		100	0,07		9,1	33

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	2,39	4	16,16	107,8
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
Итого за Обед		575	17,87	29	72,18	565,4

Полдник

1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
686	Чай с лимоном @	150	0,04		11,37	44,9
Итого за Полдник		200	3,24	4	41,53	212,8
Итого за день		1 240	26,58	46	164,83	1 144,6

Согласовано:

Ар

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Б.А. Широкинова

20.08.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ порции	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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	11,75	101,7
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак		365	10,7	10	47,84	331,2

Завтрак 2

1 037	Нектарины	80	0,73		7,27	35,6
Итого за Завтрак 2		80	0,73		7,27	35,6

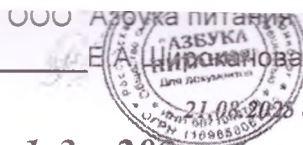
Обед

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
444,01	Плов со свиной	130	9,41	11	25,47	228,1
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
Итого за Обед		465	14,7	17	54,97	412,2

Полдник

1 066	Сырники	50	1,04	1	1,35	16,1
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	2,15	1	21,43	114,4
Итого за день		1 130	28,28	28	131,51	893,4

7



Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ кка.
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	170	5,1	5	28,6	166,6
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	8,93	16	46,81	371,4
<u>Завтрак 2</u>						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
Итого за Завтрак 2		100	0,17		12,18	50,9
<u>Обед</u>						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	1	3,24	26,7
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	1,78	4	9,86	82,2
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	0,02		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
Итого за Обед		515	23,92	23	49,06	464,8
<u>Полдник</u>						
769	Булочка домашняя, 100 гр.	50	3,78	6	30,93	197
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Полдник		200	4,8	7	42,93	263
Итого за день		1 165	37,82	46	150,98	1 150

Handwritten signature

Согласовано:

А.В.Р.

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирканова

22.08.2025 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

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

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	150	3,75	4	19,8	131,3
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	11,75	101,7
686	Чай с лимоном @	180	0,05		13,65	53,9
Итого за Завтрак		355	7,29	7	45,2	286,9

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
995	Пюре картофельное	120	2,61	4	17,62	117,6
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,1		13,65	49,5
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	15,66	22	57,92	498

Полдник

1 454	Вареники с творожным фаршем пф	45	0,11		0,15	4,7
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		205	0,31	1	13,49	63,5
Итого за день		1 210	23,26	30	127,81	895,9

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026