

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

18.08.2023 (подпись)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,9	9	20,23	200,2
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 @	180			9,87	53,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>415</b>	<b>10,11</b>	<b>17</b>	<b>42,36</b>	<b>387,5</b>
<b><u>Завтрак 2</u></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><u>Обед</u></b>						
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	5,92	4	35,34	203,9
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,12		16,38	59,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>655</b>	<b>18,45</b>	<b>17</b>	<b>102,73</b>	<b>700,7</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 190	Ватрушка с творогом, 100 гр.	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>10,55</b>	<b>11</b>	<b>24,81</b>	<b>244,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 420</b>	<b>39,11</b>	<b>45</b>	<b>181,1</b>	<b>1 380,4</b>

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

19.08.2027 (вторник)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	4,59	6	28,52	185,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		410	6,17	15	47,65	383
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,07		9,1	33
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,07		9,1	33
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
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	130	2,82	4	19,09	127,4
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		680	19,37	29	84,49	631,9
<u>Полдник</u>						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		250	3,26	4	45,32	227,8
<b>Итого за день</b>		1 440	28,87	48	186,56	1 275,7

64

Согласовано:

*А.р.*

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкина

20.08.2025 (среда)

**Краснофимск ДОУ 3-7 л 228 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	180	6,73	7	24,4	169,1
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>12,28</b>	<b>11</b>	<b>54,5</b>	<b>379,2</b>
<b>Завтрак 2</b>						
1 037	Нектарины	80	0,73		7,27	35,6
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>0,73</b>		<b>7,27</b>	<b>35,6</b>
<b>Обед</b>						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5
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	0,01		7,6	18,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3
<b>Итого за Обед</b>		<b>605</b>	<b>18,34</b>	<b>20</b>	<b>73,47</b>	<b>531,2</b>
<b>Полдник</b>						
1 066	Сырники	50	1,04	1	1,35	16,1
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>2,15</b>	<b>1</b>	<b>23,07</b>	<b>123,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 345</b>	<b>33,5</b>	<b>32</b>	<b>158,31</b>	<b>1 069,4</b>

*Ш*

Согласовано:



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



## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,4	6	30,28	176,4
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>10,21</b>	<b>21</b>	<b>53,22</b>	<b>440,5</b>
<u>Завтрак 2</u>						
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>
<u>Обед</u>						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	1	3,24	26,7
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	2,14	5	11,83	98,7
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	0,03		3,5	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>600</b>	<b>27,15</b>	<b>26</b>	<b>56,63</b>	<b>531</b>
<u>Полдник</u>						
769	Булочка домашняя, 100 гр.	70	5,29	8	43,3	275,8
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
<b>Итого за Полдник</b>		<b>250</b>	<b>6,52</b>	<b>9</b>	<b>57,7</b>	<b>355</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 350</b>	<b>44,05</b>	<b>56</b>	<b>179,73</b>	<b>1 377,4</b>

②

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирикашова

22.08.2025 (пятница)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	4,5	5	23,76	157,5
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		410	8,75	8	53,02	339,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
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
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,12		16,38	59,4
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	26,9
<b>Итого за Обед</b>		665	16,97	23	67,19	561,4
<u>Полдник</u>						
1 454	Вареники с творожным фаршем пф	60	0,14	1	0,2	6,2
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34	10,9
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
<b>Итого за Полдник</b>		250	0,34	2	15,94	74,6
<b>Итого за день</b>		1 425	26,06	33	147,35	1 022,9

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026