

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

23.08.2025 (пн, понедельник)

Жирноуфимск Яс 1-3 г 202 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	160	4,59	5	21,64	159,8
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
Итого за Завтрак		365	8,87	8	45,74	311
<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>						
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
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
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		530	12,89	17	73,19	517,4
<u>Полдник</u>						
1 099	Запеканка картофельная с мясом птицы	120	2,86	7	25,78	180,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
Итого за Полдник		285	4,47	8	42,04	267,6
Итого за день		1 280	26,4	33	173,15	1 146,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

26.09.2023 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 рую

№ рецептуры	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	8,1	6	17,56	172,3
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
Итого за Завтрак		355	11,67	16	34,41	354,1
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3
<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
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
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		525	15,71	23	51,03	449,7
<u>Полдник</u>						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Полдник		230	3,2	4	40,03	221,8
Итого за день		1 210	30,92	43	139,28	1 089,9

11

11

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюкова

27.08.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

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

Завтрак

883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6	25,43	194,1
828	Чай с сахаром (а)	180			9,87	53,9
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	11,75	101,7
Итого за Завтрак		365	9,24	9	47,05	349,7

Завтрак 2

1 037	Нектарины	60	0,55		5,45	26,7
Итого за Завтрак 2		60	0,55		5,45	26,7

Обед

811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
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
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	6,84	4	35,66	208,7
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		545	21,23	17	89,17	604,6

Полдник

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
Итого за Полдник		210	5,43	6	14,9	131,1
Итого за день		1 180	36,45	32	156,57	1 112,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюженков

28.08.2023 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 с 202 руб

№ рецептурной	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углероды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	170	4,18	5	14,52	122,8
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	8,01	16	32,73	327,6
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5
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
Итого за Обед		555	22,18	14	80,39	551,4
Полдник						
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
Итого за Полдник		230	2,56	1	13,98	83,4
Итого за день		1 235	33,09	31	140,91	1 026,7

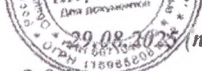
Согласовано:

В.В.Р.

Утверждаю, директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цириканова



(пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

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

Завтрак

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	4,32	5	22,87	155,4
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	11,75	101,7
Итого за Завтрак		355	14,89	14	52,69	428,1

Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5

Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	150	2,46	4	11,15	93,4
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
Итого за Обед		540	16,03	25	79,12	597,4

Полдник

934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		210	9,51	9	42,46	286,8
Итого за день		1 205	40,43	48	185,47	1 359,8

100

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026