

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Цирюкова

08.09.2025 (понедельник)

Красноуфимск Яс 1-3 с 202 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Капша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,59	5	21,64	159,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
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	309
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	88
<u>Обед</u>						
811	Горошек зеленый консервированный	40	1,24		2,6	16
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	70	5,44	7	11,19	170,4
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	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		605	16,96	20	86,27	620
<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
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
919	Какао с молоком	150	5,9	5	15,06	142,5
Итого за Полдник		300	11,65	13	56,15	404,1
Итого за день		1 390	37,96	41	199,92	1 421,1

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюнова

09.09.2025 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 с 202 руб

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

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
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		360	9,89	19	44,12	404,1

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

813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
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 @	100	14,64	21	7,23	279,1
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	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		600	24,43	36	62,66	636,8

Полдник

1 066	Сырники	100	2,08	1	2,71	32,1
1 142	Повидло	20	0,08		13	50
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		270	6,51	6	22,76	172,1
Итого за день		1 330	41,17	61	143,35	1 277,3

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

В.А. Широкова

10.09.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№	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
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	14,1	122
Итого за Завтрак		370	9,94	9	53,93	373,6

Завтрак 2

976	Яблоки свежие	120	0,48		11,76	88
Итого за Завтрак 2		120	0,48		11,76	88

Обед

812	Кукуруза консервированная	40	0,82	2	4,32	35,6
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	60	9,33	8	9,59	146,1
959	Рагу из овощей	110	2,35	5	15,56	115,3
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	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		555	18,89	22	76,39	568,4

Полдник

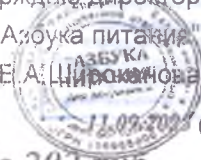
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
Итого за Полдник		240	10,38	9	42,61	292,2
Итого за день		1 285	39,69	40	184,69	1 322,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинова



Кривоуфимск Яс 1-3 з 202 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ ккал
рецептуры			г	г	г	
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
1110	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
1049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35	167,4
1126	Соус томатный	15	0,09		0,87	8,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	3	30,3	174,8
933	Компот из яблок и изюма	150	0,1		14,8	61,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		580	25,2	14	92,01	630
Полдник						
972	Омлет натуральный	150	11,09	10	12,77	220,3
1188	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
Итого за Полдник		310	12,16	10	30,12	296,6
Итого за день		1340	45,71	40	168,67	1318,5

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

Б. А. Широкова

12.09.2023 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды 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	30	4,19	3	14,1	122
Итого за Завтрак		360	15,59	14	55,04	448,4
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	180			20,16	85,5
Итого за Завтрак 2		180			20,16	85,5
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
1 018	Суп с крупой пшениной "Волна" со	150	2,46	4	11,15	93,4
1 699,05	Фигурки рыбные @	100	14,64	21	7,23	279,1
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
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	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		605	24,04	38	76,93	713,8
Полдник						
1 182	Манник	60	3,83	5	36,19	201,4
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Полдник		210	8,18	10	43,24	291,4
Итого за день		1 355	47,81	62	195,37	1 539,1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026