

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюканова

20.10.2025 (примельник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	179,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
97	Сыр (порциями)	6	1,61	2		21,8
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		406	9,83	10	50,05	341,4

Завтрак 2

928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
Итого за Завтрак 2		100	0,17		12,18	50,9

Обед

1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
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
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		600	15,19	19	81,23	587

Полдник

769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		250	10,51	14	51,76	383,8
Итого за день		1 356	35,7	43	195,22	1 363,1

91

Согласовано:

МАДОУ  
детский  
сад 7

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

21.10.2025 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	86,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	6,03	42,6
<b>Итого за Завтрак</b>		401	11,74	20	53,07	441,6
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,34		13,81	64,3
<b>Обед</b>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,77	2	12,64	76,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	70	12,7	5	2,52	178,7
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		600	22	13	56,02	508
<b>Полдник</b>						
1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
<b>Итого за Полдник</b>		270	1,29	1	18,09	104,2
<b>Итого за день</b>		1 371	35,37	34	141,99	1 118,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

Е. А. Цироканова

22.10.2025 (среда)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

рецептуры	Наименование блюд	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-----------	-------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

### Завтрак

883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
Итого за Завтрак		406	10,1	10	48,49	355,1

### Завтрак 2

976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
Итого за Завтрак 2		110	0,44		10,78	80,7

### Обед

1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9	11,19	170,4
845,03	Каша гречневая вязкая	130	5,66	5	24,22	148
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	25,9
Итого за Обед		600	22,91	21	85,45	608,2

### Полдник

934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		260	10,96	9	43,41	302,8
Итого за день		1 376	44,41	40	188,13	1 346,8

Согласовано:



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

23.10.2023 (четверг)

**Краснофимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

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

**Завтрак**

1 284	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	6	16,82	198,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>406</b>	<b>13,49</b>	<b>17</b>	<b>35,95</b>	<b>397,9</b>

**Завтрак 2**

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>64,3</b>

**Обед**

1 049	Суп-шоре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	70	11,87	10	9,61	178,4
1 126	Соус томатный	15	0,09		0,87	8,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
933	Компот из яблок и изюма	180	0,12		17,76	73,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>620</b>	<b>27,96</b>	<b>17</b>	<b>103,36</b>	<b>688,6</b>

**Полдник**

972	Омлет натуральный	70	5,17	5	5,96	102,8
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35	28,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>270</b>	<b>7,09</b>	<b>5</b>	<b>30,56</b>	<b>214,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 396</b>	<b>48,88</b>	<b>39</b>	<b>183,68</b>	<b>1 365,4</b>

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широконов

24.10.2025 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

Завтрак

852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44	186,5
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6
Итого за Завтрак		401	17,5	16	62,45	477

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 пшенной "Волна" со	180	2,95	5	13,38	112,1
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
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	0,55		4,85	25,9
Итого за Обед		620	17,7	27	92,6	672

Полдник

1 182	Манник	60	3,83	5	36,19	201,4
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		260	9,63	11	45,59	321,4
Итого за день		1 381	44,83	54	211,84	1 517,9

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026