

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкайова

10.11.2025 (понедельник)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

### Завтрак

1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23	200,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	6	0,05	4	0,08	39,7
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
Итого за Завтрак		411	8,19	12	47,31	358,6

### Завтрак 2

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

### Обед

1 016	Суп-пюре овощной	180	2,57	5	12,54	103,1
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
390	Компот из свежих плодов	180	0,03		4,3	17,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		635	18,91	18	98,02	643,2

### Полдник

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
Итого за Полдник		250	10,55	11	24,81	244,7
Итого за день		1 406	38,09	41	180,92	1 327,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цироканова

11.11.2025 (вторник)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,06	6	28,52	203,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		406	6,43	14	46,56	382,6

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

1 624,04	Морковь, тертая с сахаром	30	0,36	2	3,36	31,2
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	120	2,61	4	17,62	117,6
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		650	19,12	31	92,43	644,8

Полдник

1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за Полдник		250	9	9	38,16	273,9
Итого за день		1 406	34,89	54	190,96	1 365,6

Согласовано

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

12.11.2025 (среда)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		406	10,17	10	52,35	351,5

### 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
1 021	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
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	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		605	17,7	23	77,2	522

### Полдник

1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		250	1,29	1	22,52	101,8
Итого за день		1 361	29,16	34	163,27	1 022,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

13.11.2023 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

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

**Завтрак**

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
Итого за Завтрак		401	9,37	16	58,32	412,4

**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**

812	Кукуруза консервированная	30	0,62	1	3,24	26,7
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	1,83	5	12,44	98,4
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	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		600	26,84	26	64,69	529,7

**Полдник**

892	Омлет с картофелем	100	1,03	2	1,45	23,5
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
Итого за Полдник		300	1,03	2	17,45	87,3
Итого за день		1 401	37,41	44	152,64	1 080,3

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Б.А. Широкова

14.11.2023 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

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

**Завтрак**

848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,51	243,3
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
686	Чай с лимоном @	200	0,06		15,16	59,9
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>406</b>	<b>10,14</b>	<b>10</b>	<b>62,58</b>	<b>380,1</b>

**Завтрак 2**

912	Компот из свежих яблок	100	0,05		11,94	49,6
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>0,05</b>		<b>11,94</b>	<b>49,6</b>

**Обед**

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
<b>Итого за Обед</b>		<b>600</b>	<b>22,6</b>	<b>23</b>	<b>106,47</b>	<b>731</b>

**Полдник**

1 073	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	8,01	105,6
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 141,09	Печенье детское @	20	1,5	2	11,33	81,4
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
<b>Итого за Полдник</b>		<b>260</b>	<b>14,25</b>	<b>13</b>	<b>34,3</b>	<b>320</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 366</b>	<b>47,04</b>	<b>46</b>	<b>215,29</b>	<b>1 480,7</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026