

Согласовано



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

15.12.2025 (подпись)

15.12.2025 (подпись)

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 жидккая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
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	332,7

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 припущеный	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	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	Итого за Обед	600	15,19	19	88,68	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	202,67	1 354,4

111



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова



Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидккая 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	80,1	
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6	
Итого за Завтрак			401	11,74	20	57,34	441,6

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

1 050	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	20,83	71	
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,85	25,9	
Итого за Обед			600	22	13	63,47	508

Полдник

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	
Итого за Полдник			270	1,29	1	19,09	104,2
Итого за день			1 371	35,37	34	153,91	1 118,1

_____ *А* _____ *А*

Согласовано



Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

Е.А. Чироканова

17.12.2025 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ п/п меню	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭП ккал
------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

883	Каша пшеничная молочная жидккая 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

Завтрак 2

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

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	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед			600	22,91	21	92,9

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
Итого за день			1 376	44,41	40	195,58

М



Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

Азбука
Е.А.Широканова

18.12.2023 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

Номер	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭП 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
	Итого за Завтрак	406	13,49	17	35,95	397,9

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

1 049	Суп-пюре 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	3	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	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	Итого за Обед	620	27,96	20	110,81	688,6

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		8,33	38,4
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	Итого за Полдник	270	7,09	5	33,54	214,5
	Итого за день	1 396	48,88	42	194,11	1 365,4

dd

Согласовано



А.Н.

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

Е.А. Чироканова

19.12.2025 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ последовательности	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
852	Каша манная жидккая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44	186,5
919	Какао с молоком	180	5,09	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
<u>Итого за Завтрак</u>		401	15,51	16	66,92	477
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<u>Итого за Завтрак 2</u>		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1 018	Суп с крупой пшеничной "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 припущеный	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	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<u>Итого за Обед</u>		620	18,27	23	99,78	654,9
<u>Полдник</u>						
1 182	Манник	60	3,83	5	36,19	201,4
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
<u>Итого за Полдник</u>		260	9,63	11	45,59	321,4
<u>Итого за день</u>		1 381	43,41	50	223,49	1 523,3

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен С 17.02.2025 по 17.02.2026