

Согласовано: 

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркова

12.01.2023 (подпись)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

| №<br>п/п | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

**Завтрак**

|                  |   |     |      |    |       |       |
|------------------|---|-----|------|----|-------|-------|
| 1 013            | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 4,81 | 6  | 20,18 | 160,2 |
| 693              | Батон   | 30  | 1,5  | 1  | 12,5  | 78,2  |
| 97               | Сыр (порциями)                                    | 10  | 2,69 | 3  |       | 36,3  |
| 828              | Чай с сахаром @                                   | 150 |      |    | 8,23  | 44,9  |
| Итого за Завтрак |   | 350 | 9    | 10 | 40,91 | 319,6 |

**Завтрак 2**

|                    |               |     |     |  |     |      |
|--------------------|---------------|-----|-----|--|-----|------|
| 976                | Яблоки свежие | 100 | 0,4 |  | 9,8 | 73,3 |
| Итого за Завтрак 2 |               | 100 | 0,4 |  | 9,8 | 73,3 |

**Обед**

|               |                                      |     |      |    |       |       |
|---------------|--------------------------------------|-----|------|----|-------|-------|
| 1 016         | Суп-пюре овощной                     | 150 | 2,14 | 4  | 10,45 | 86    |
| 943           | Гренки из пшеничного хлеба           | 5   | 0,65 |    | 3,9   | 20    |
| 827           | Биточек мясной рубленый              | 50  | 3,89 | 5  | 7,99  | 121,7 |
| 1 126         | Соус томатный                        | 10  | 0,06 | 2  | 0,58  | 5,6   |
| 516           | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,65 | 3  | 27,77 | 160,2 |
| 390           | Компот из свежих плодов              | 150 | 0,02 |    | 3,58  | 14,9  |
| 897,01        | Хлеб пшеничный 1с обогащенный        | 20  | 2,14 | 1  | 8,7   | 54,8  |
| 1 148         | Хлеб ржаной                          | 10  | 0,85 |    | 4,85  | 25,9  |
| Итого за Обед |                                      | 505 | 14,4 | 15 | 67,82 | 489,1 |

**Полдник**

|                  |                     |       |      |    |        |         |
|------------------|---------------------|-------|------|----|--------|---------|
| 1 190,03         | Ватрушка с творогом | 50    | 4,75 | 5  | 15,41  | 124,7   |
| 920              | Молоко кипяченое    | 150   | 4,35 | 5  | 7,05   | 90      |
| Итого за Полдник |                     | 200   | 9,1  | 10 | 22,46  | 214,7   |
| Итого за день    |                     | 1 155 | 32,9 | 35 | 140,99 | 1 096,7 |

Согласовано: 

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинов

СЛ 33

13.01.2020 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

| №<br>рецептуры          | Наименование блюда                              | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|---|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |         |            |           |                 |         |
| 235,05                  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 160     | 4,5        | 5         | 25,35           | 156,5   |
| 1 259,01                | Масло сливочное (порциями)                      | 10      | 0,08       | 7         | 0,13            | 66,1    |
| 693                     | Батон   | 30      | 1,5        | 1         | 12,5            | 78,2    |
| 828                     | Чай с сахаром @                                 | 150     |            |           | 8,23            | 44,9    |
| Итого за Завтрак        |   | 350     | 6,08       | 13        | 46,21           | 345,7   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b> |   |         |            |           |                 |         |
| 705                     | Напиток из плодов шиповника                     | 100     | 0,34       |           | 13,81           | 64,3    |
| Итого за Завтрак 2      |   | 100     | 0,34       |           | 13,81           | 64,3    |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |         |            |           |                 |         |
| 1 624,04                | Морковь, тертая с сахаром                       | 30      | 0,36       | 2         | 3,36            | 31,2    |
| 1 113                   | Суп картофельный с клецками                     | 150     | 1,6        | 2         | 12,45           | 72,9    |
| 1 114                   | Клецки @  | 10      | 0,47       |           | 2,11            | 14,3    |
| 1 052                   | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5       | 1,15       | 1         | 0,04            | 11,8    |
| 437,06                  | Гуляш из мяса свинины @                         | 50      | 5,59       | 14        | 1,81            | 118,2   |
| 995                     | Пюре картофельное                               | 110     | 2,39       | 4         | 16,16           | 107,8   |
| 928                     | Компот из смеси сухофруктов                     | 150     | 0,26       |           | 18,27           | 76,3    |
| 897,01                  | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 20      | 2,14       | 1         | 8,7             | 54,8    |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85       |           | 4,85            | 25,9    |
| Итого за Обед           |   | 535     | 14,81      | 24        | 67,75           | 513,2   |
| <b><u>Полдник</u></b>   |   |         |            |           |                 |         |
| 1 182                   | Манник  | 50      | 3,2        | 4         | 30,16           | 167,9   |
| 854                     | Чай с молоком                                   | 150     | 1,02       | 1         | 12              | 66      |
| Итого за Полдник        |   | 200     | 4,22       | 5         | 42,16           | 233,9   |
| Итого за день           |   | 1 185   | 25,45      | 42        | 169,93          | 1 157,1 |

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

14.01.2026 (среда)

**Краснофимск Яс 1-3 г 202 руб**

| №<br>рецептуры            | Наименование блюда                             | Выход г      | Белки<br>г   | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал      |
|---------------------------|--|--------------|--------------|-----------|-----------------|--------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |  |              |              |           |                 |              |
| 852                       | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 160          | 4,6          | 5         | 24,39           | 165,8        |
| 97                        | Сыр (порциями)                                 | 10           | 2,69         | 3         |                 | 36,3         |
| 693                       | Батон  | 30           | 1,5          | 1         | 12,5            | 78,2         |
| 1 110                     | Кофейный напиток с молоком                     | 150          | 2,25         | 2         | 10,05           | 66,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | <b>350</b>   | <b>11,04</b> | <b>11</b> | <b>46,94</b>    | <b>347,1</b> |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |  |              |              |           |                 |              |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |              |           | 11,2            | 69           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>     | <b>69</b>    |
| <b><u>Обед</u></b>        |  |              |              |           |                 |              |
| 813                       | Икра кабачковая пром.производства              | 30           | 0,36         | 4         | 2,22            | 29,1         |
| 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         |
| 444,01                    | Плов со свининой                               | 160          | 11,58        | 13        | 31,34           | 280,7        |
| 1 797                     | Кисель из сухофруктов                          | 150          | 0,21         |           | 27,96           | 113,7        |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                  | 20           | 2,14         | 1         | 8,7             | 54,8         |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                    | 10           | 0,85         |           | 4,85            | 25,9         |
| <b>Итого за Обед</b>      |  | <b>525</b>   | <b>17,43</b> | <b>23</b> | <b>83,32</b>    | <b>590,7</b> |
| <b><u>Полдник</u></b>     |  |              |              |           |                 |              |
| 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                                  | 150          |              |           | 12              | 47,9         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | <b>220</b>   | <b>1,29</b>  | <b>1</b>  | <b>20,12</b>    | <b>92,2</b>  |
| <b>Итого за день</b>      |  | <b>1 195</b> | <b>29,76</b> | <b>35</b> | <b>161,58</b>   | <b>1 099</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирковичева

15.01.2026 (четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

| №<br>инвентуры | Наименование блюда | Выход г | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал |
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|
|----------------|--------------------|---------|------------|-----------|-----------------|---------|

**Завтрак**

|                         |   |            |             |           |              |              |
|-------------------------|---|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 111                   | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160        | 4,59        | 5         | 21,64        | 152          |
| 1 259,01                | Масло сливочное (порциями)                      | 10         | 0,08        | 7         | 0,13         | 66,1         |
| 693                     | Батон   | 30         | 1,5         | 1         | 12,5         | 78,2         |
| 854                     | Чай с молоком                                   | 150        | 1,02        | 1         | 12           | 66           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | <b>350</b> | <b>7,19</b> | <b>14</b> | <b>46,27</b> | <b>362,3</b> |

**Завтрак 2**

|                           |                             |            |             |  |              |             |
|---------------------------|-----------------------------|------------|-------------|--|--------------|-------------|
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов | 100        | 0,17        |  | 12,18        | 50,9        |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                             | <b>100</b> | <b>0,17</b> |  | <b>12,18</b> | <b>50,9</b> |

**Обед**

|                      |                                     |            |              |           |              |              |
|----------------------|-------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 811                  | Горошек зеленый консервированный    | 30         | 0,93         |           | 1,95         | 12           |
| 1 058                | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 150        | 1,52         | 4         | 10,37        | 82           |
| 1 052                | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5          | 1,15         | 1         | 0,04         | 11,8         |
| 1 071                | Рагу из птицы                       | 160        | 14,34        | 7         | 15,44        | 196,1        |
| 699                  | Напиток лимонный                    | 150        | 0,02         |           | 2,91         | 14           |
| 897,01               | Хлеб пшеничный 1с обогащенный       | 20         | 2,14         | 1         | 8,7          | 54,8         |
| 1 148                | Хлеб ржаной                         | 10         | 0,85         |           | 4,85         | 25,9         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                     | <b>525</b> | <b>20,95</b> | <b>13</b> | <b>44,26</b> | <b>396,6</b> |

**Полдник**

|                         |                  |              |              |           |               |              |
|-------------------------|------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|--------------|
| 961                     | Омлет с капустой | 50           | 3,81         | 4         | 8,38          | 89,3         |
| 1 188                   | Чай с сахаром    | 150          |              |           | 12            | 47,9         |
| 1 148                   | Хлеб ржаной      | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9         |
| <b>Итого за Полдник</b> |                  | <b>210</b>   | <b>4,66</b>  | <b>4</b>  | <b>25,23</b>  | <b>163,1</b> |
| <b>Итого за день</b>    |                  | <b>1 185</b> | <b>32,97</b> | <b>31</b> | <b>127,94</b> | <b>972,9</b> |

Согласовано:



утверждено:

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Широкова



16.01.2026 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

| №                         | Наименование блюда                                  | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углева-<br>гидраты г | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|---|--------------|--------------|-----------|----------------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |   |              |              |           |                      |                |
| 848                       | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 160          | 5,73         | 6         | 34,23                | 216,2          |
| 97                        | Сыр (порциями)                                      | 10           | 2,69         | 3         |                      | 36,3           |
| 693                       | Батон   | 30           | 1,5          | 1         | 12,5                 | 78,2           |
| 686                       | Чай с лимоном (а)                                   | 150          | 0,04         |           | 11,37                | 44,9           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |   | <b>350</b>   | <b>9,96</b>  | <b>10</b> | <b>58,1</b>          | <b>375,6</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |   |              |              |           |                      |                |
| 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>    |
| <b>Обед</b>               |   |              |              |           |                      |                |
| 124                       | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной       | 150          | 1,14         | 4         | 5,48                 | 79,5           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                 | 5            | 1,15         | 1         | 0,04                 | 11,8           |
| 1 107                     | Биточек рыбный                                      | 50           | 6,63         | 5         | 7,95                 | 100,6          |
| 998                       | Каша гречневая рассыпчатая                          | 110          | 6,84         | 4         | 35,66                | 208,7          |
| 901                       | Соус красный основной                               | 10           | 0,07         | 1         | 0,75                 | 7,9            |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                         | 150          | 0,51         |           | 20,72                | 96,5           |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                       | 20           | 2,14         | 1         | 8,7                  | 54,8           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной   | 10           | 0,85         |           | 4,85                 | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |   | <b>505</b>   | <b>19,33</b> | <b>16</b> | <b>84,15</b>         | <b>585,7</b>   |
| <b>Полдник</b>            |   |              |              |           |                      |                |
| 1 073                     | Пудинг творожно-манный                              | 50           | 7,49         | 5         | 8,01                 | 105,6          |
| 1 142                     | Повидло   | 10           | 0,04         |           | 6,5                  | 25             |
| 920                       | Молоко кипяченое                                    | 150          | 4,35         | 5         | 7,05                 | 90             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |   | <b>210</b>   | <b>11,88</b> | <b>10</b> | <b>21,56</b>         | <b>220,6</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |   | <b>1 165</b> | <b>41,22</b> | <b>36</b> | <b>175,75</b>        | <b>1 231,5</b> |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026