

Согласовано:

*Н.Н.*

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Чирковичева

17.01.2026 (предельник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

№ паспорту	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>350</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>40,91</b>	<b>319,6</b>

**Завтрак 2**

976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>73,3</b>

**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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>505</b>	<b>14,4</b>	<b>15</b>	<b>67,82</b>	<b>489,1</b>

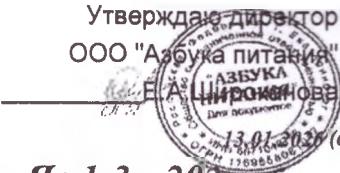
**Полдник**

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

## Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



13.01.2026 (вторник)

*Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб*

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
рцестуры						

## Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидккая 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

Союза Зибтпј

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

06ed

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	Клещки @	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 Образ		525	14,81	24	67,75	513,2

Печать

Полдник						
1182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
<b>Итого за Полдник</b>		200	4,22	5	42,16	233,9
<b>Итого за день</b>		1185	25,45	42	169,93	1157,1

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

ЧЗР



14.01.2026 (среда)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

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

**Завтрак**

852	Каша манная жидккая 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	Кофеинный 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>

**Завтрак 2**

707	Сок натуральный	100			11,2	69
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>

**Обед**

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>

**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	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"

БА НИРОВА

15.01.2020 (четверг)

*Красноуфимск Яс 1-3 г 202 рю*

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

## Задача

Завтрак						
1 111	Каша яичневая молочная жидккая 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
Итого за Завтрак		350	7,19	14	46,27	362,3

Завтра

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

Offer

		<i>Обед</i>					
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	Rагу 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
Итого за Обед		525	20,95	13	44,26		396,6

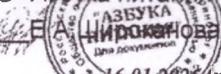
*Певдши*

Полонник						
961	Омлет с капустой	50	3,81	4	8,38	89,3
1188	Чай с сахаром	150			12	47,9
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Полонник		210	4,66	4	25,23	163,1
Итого за день		1185	32,97	31	127,94	972,9

Согласовано:



у тверь  
ООО "Азбука питания"  
"АЗБУКА"  
А. Чироканова



16.01.2021 (пятница)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

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

### Завтрак

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 @	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>

### 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	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>84,13</b>	<b>585,7</b>

### Полдник

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