



Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циромкиной

31.03.2020 (вторник)

## Красноуфимск Яс 1-3 з 210 руб

№ пешентуры	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	160	5,38	7	23,03	177,1
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
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>9,21</b>	<b>17</b>	<b>45,71</b>	<b>388,2</b>
<b>Завтрак 2</b>						
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>
<b>Обед</b>						
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	10,53	63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 105	Гуляш из курицы	50	10,84	3	1,9	81,3
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
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>495</b>	<b>18,87</b>	<b>11</b>	<b>45,09</b>	<b>359,3</b>
<b>Полдник</b>						
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
<b>Итого за Полдник</b>		<b>220</b>	<b>11,88</b>	<b>8</b>	<b>32,13</b>	<b>252,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 165</b>	<b>40,3</b>	<b>36</b>	<b>136,74</b>	<b>1 063,9</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкинов

"Азбука"  
Широкинов  
Дата документа

01.08.2026 (среда)

## Краснофимск Яс 1-3 г 210 руб

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

Завтрак

883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6	25,43	194,1
828	Чай с сахаром @	150			8,23	44,9
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>9,94</b>	<b>10</b>	<b>46,16</b>	<b>353,5</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

1 021	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
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	50	7,78	6	7,99	121,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>495</b>	<b>17,97</b>	<b>15</b>	<b>75,83</b>	<b>525,4</b>

Полдник

861	Ватрушка со сметаной	50	5,84	9	34,36	224,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>10,19</b>	<b>14</b>	<b>41,41</b>	<b>314,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 145</b>	<b>38,5</b>	<b>39</b>	<b>173,2</b>	<b>1 266,7</b>

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирманова

АЗБУКА

НИРМАНОВА

для документов

116965201

02.04.2022

(четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 284	Суп молочный с вермишелью	160	7,53	5	13,45	158,6
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
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>11,36</b>	<b>15</b>	<b>36,13</b>	<b>369,7</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
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>
<b><u>Обед</u></b>						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	6	5,25	119,6
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4	35,66	208,7
933	Компот из яблок и изюма	150	0,1		14,8	61,4
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>22,83</b>	<b>15</b>	<b>87,29</b>	<b>581</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
972	Омлет натуральный	60	4,43	4	5,11	88,1
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>220</b>	<b>5,28</b>	<b>4</b>	<b>21,96</b>	<b>161,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 175</b>	<b>39,81</b>	<b>34</b>	<b>159,19</b>	<b>1 176,9</b>

9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркова

03.04.2026 (пятница)

**Краснофимск Яс 1-3 г 210 руо**

№ рецептур	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	4,6	5	24,39	165,8
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>9,81</b>	<b>10</b>	<b>48,89</b>	<b>346,3</b>
<b>Завтрак 2</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>Обед</b>						
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	1	3,24	26,7
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4	11,15	93,4
1 107	Биточек рыбный	50	6,63	5	7,95	100,6
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75	7,9
512	Рис припущенный	110	2,64	4	27,17	161,6
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>15,67</b>	<b>16</b>	<b>82,08</b>	<b>547,2</b>
<b>Полдник</b>						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>7,55</b>	<b>9</b>	<b>37,21</b>	<b>257,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 180</b>	<b>33,03</b>	<b>35</b>	<b>179,38</b>	<b>1 220,4</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524554

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 16.02.2026 по 16.02.2027