

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

А.А. Широканова

02.10.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 2022 руб

Итого за Завтрак 370 15,87 14 52,75 425,5

Итого за Завтрак 2 180 20,16 85,5

Итого за Завтрак 2 180 20,16 85,5

Итого за Обед 520 16,46 24 65,21 488,9

Итого за Обед 100 2,08 1 2,71 32,1

Итого за Обед 10 0,04 6,5 25

Итого за Обед 150 4,35 5 7,05 90

Итого за Обед 260 6,47 6 16,26 147,1

Итого за Обед 1 330 38,8 44 154,38 1 147

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	4,6	5	24,39	165,8
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
Итого за Завтрак 370 15,87 14 52,75 425,5						
Итого за Завтрак 2 180 20,16 85,5						
Итого за Завтрак 2 180 20,16 85,5						

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
707	Сок натуральный	180	0,48	6	2,96	38,8
1 021	Икра кабачковая пром. производства	150	1,14	4	8,21	74,7
1 052	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Мясо кур отварное (для первых блюд)	130	9,41	11	25,47	228,1
1 318	Плов со свиной	150	0,01	1	5,7	13,9
897	Кисель витаминизированный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб пшеничный	25	2,13	1	12,13	64,8
1 148	Хлеб ржаной	520	16,46	24	65,21	488,9
Итого за Обед 520 16,46 24 65,21 488,9						
Итого за Обед 100 2,08 1 2,71 32,1						
Итого за Обед 10 0,04 6,5 25						
Итого за Обед 150 4,35 5 7,05 90						
Итого за Обед 260 6,47 6 16,26 147,1						
Итого за Обед 1 330 38,8 44 154,38 1 147						

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
813	Икра кабачковая пром. производства	40	0,48	6	2,96	38,8
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 свиной	130	9,41	11	25,47	228,1
1 318	Кисель витаминизированный	150	0,01	1	5,7	13,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед 520 16,46 24 65,21 488,9						
Итого за Обед 100 2,08 1 2,71 32,1						
Итого за Обед 10 0,04 6,5 25						
Итого за Обед 150 4,35 5 7,05 90						
Итого за Обед 260 6,47 6 16,26 147,1						
Итого за Обед 1 330 38,8 44 154,38 1 147						

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
1 066	Сырники	100	2,08	1	2,71	32,1
1 142	Повидло	10	0,04	6,5	6,5	25
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
Итого за Обед 260 6,47 6 16,26 147,1						
Итого за Обед 1 330 38,8 44 154,38 1 147						

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

А.А. Широканова

02.10.2025 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 2022 руб

Итого за Завтрак 350 16,39 22 32,68 454,5

Итого за Завтрак 2 100 11,2 47,5

Итого за Завтрак 2 100 11,2 47,5

Итого за Обед 525 24,75 24 69,78 551,8

Итого за Обед 50 3,78 6 30,93 197

Итого за Обед 150 1,02 1 12 66

Итого за Обед 200 4,8 7 42,93 263

Итого за Обед 1 175 45,94 53 156,59 1 316,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
972	Омлет натуральный	170	12,56	11	14,47	249,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8
Итого за Завтрак 350 16,39 22 32,68 454,5						
Итого за Завтрак 2 100 11,2 47,5						
Итого за Завтрак 2 100 11,2 47,5						

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2 100 11,2 47,5						
Итого за Завтрак 2 100 11,2 47,5						

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	1	3,24	26,7
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
1 021	Рагу из мяса птицы @	150	17,36	16	17,46	246,4
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	6	18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед 525 24,75 24 69,78 551,8						
Итого за Обед 50 3,78 6 30,93 197						
Итого за Обед 150 1,02 1 12 66						
Итого за Обед 200 4,8 7 42,93 263						
Итого за Обед 1 175 45,94 53 156,59 1 316,8						

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
Итого за Обед 200 4,8 7 42,93 263						
Итого за Обед 1 175 45,94 53 156,59 1 316,8						

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"



(подпись)

Красноуфимск Яс 1-3 з 202 руо

№ инвентаризации	Наименование блюда	Выход г			Углевод. л.г.			ЭЦ калори
		Белки	Жиры	С	г	г	г	
Завтрак								
848	Капша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	150	5,37	6	32,09			202,7
810	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57			73,9
686	Чай с лимоном (2)	180	0,05		13,65			53,9
	Итого за Завтрак	355	8,91	9	54,31			330,5
Ланчак 2								
707	Сок натуральный	180			20,16			85,5
	Итого за Завтрак 2	180			20,16			85,5
Обед								
836	Огурцы свежие порционно	40	0,32		1,12			6
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,88			79,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04			11,8
1 699,05	Фигурки рыбные (2)	100	14,64	21	7,23			279,1
995	Пюре картофельное	120	2,61	4	17,62			117,6
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12			11,8
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72			96,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7			56,8
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55			77,7
	Итого за Обед	630	25,17	33	78,58			736,8
Ужин								
0	Ленивые вареники	45	67,81	32	47,31			764,1
904	Соус молочный (сладкий)	10	0,2	1	1,34			10,9
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05			90
	Итого за Ужин	205	72,36	38	55,7			865
	Итого за день	1 370	106,44	80	208,75			2 017,8