

Согласовано:

Утверждаю: Директор

ООО "Азбука Питания"  
Е.А. Цирковцова



07.10.2025 (старник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

| № рецептуры      | Наименование блюда                                       |  | Выход г | Белки г |    | Жиры г |  | Углево-дыт | ЭЦ ккал |
|------------------|--|--|---------|---------|----|--------|--|------------|---------|
|                  |  |  |         |         |    |        |  |            |         |
| <b>Завтрак</b>   |  |  |         |         |    |        |  |            |         |
| 850              | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным |  | 180     | 6,06    | 8  | 25,91  |  |            | 199,3   |
| 808              | Бутерброд с маслом сливочным                             |  | 40      | 2,11    | 12 | 10,88  |  |            | 184     |
| 1110             | Кофейный напиток с молоком                               |  | 180     | 2,7     | 3  | 12,06  |  |            | 80,1    |
| Итого за Завтрак |  |  | 400     | 10,87   | 23 | 48,85  |  |            | 463,4   |

|                    |                             |  |     |      |  |       |  |  |      |
|--------------------|-----------------------------|--|-----|------|--|-------|--|--|------|
| <b>Завтрак 2</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>Обед</b>   |  |  |     |       |    |       |  |  |       |
| 813           | Икра кабачковая пром. производства       |  | 40  | 0,48  | 6  | 2,96  |  |  | 38,8  |
| 1050          | Суп картофельный с макаронными изделиями |  | 180 | 1,77  | 2  | 12,64 |  |  | 76,5  |
| 1052          | Мясо кур отварное (для первых блюд)      |  | 5   | 1,15  | 1  | 0,04  |  |  | 11,8  |
| 1699,05       | Фигурки рыбные @                         |  | 50  | 7,32  | 11 | 3,82  |  |  | 139,6 |
| 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  | 13,38 |  |  | 71    |
| 1147          | Хлеб ржаной                              |  | 25  | 2,13  | 1  | 12,13 |  |  | 64,8  |
| Итого за Обед |  |  | 635 | 18,38 | 26 | 67,36 |  |  | 546,6 |

|                  |                  |  |      |       |    |        |  |  |        |
|------------------|------------------|--|------|-------|----|--------|--|--|--------|
| <b>Полдник</b>   |                  |  |      |       |    |        |  |  |        |
| 1066             | Сырники          |  | 60   | 1,25  | 1  | 1,82   |  |  | 19,3   |
| 1142             | Повидло          |  | 20   | 0,08  |    | 13     |  |  | 50     |
| 920              | Молоко кипяченое |  | 200  | 5,8   | 6  | 9,4    |  |  | 120    |
| Итого за Полдник |                  |  | 280  | 7,13  | 7  | 24,02  |  |  | 189,3  |
| Итого за день    |                  |  | 1415 | 36,72 | 56 | 134,04 |  |  | 1263,6 |

Согласовано:

Утверждаю: Директор

ООО "Азбука Питания"  
Е.А. Цирковцова



07.10.2025 (старник)

Согласовано:

Утверждаю: Директор

ООО "Азбука Питания"  
Е.А. Цирковцова



06.10.2025 (воскресенье)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

| № рецептуры      | Наименование блюда                              |  | Выход г | Белки г |    | Жиры г |  | Углево-дыт | ЭЦ ккал |
|------------------|---|--|---------|---------|----|--------|--|------------|---------|
|                  |   |  |         |         |    |        |  |            |         |
| <b>Завтрак</b>   |   |  |         |         |    |        |  |            |         |
| 1111             | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным |  | 180     | 5,16    | 6  | 24,35  |  |            | 179,7   |
| 1148             | Хлеб ржаной                                     |  | 20      | 1,7     | 1  | 9,7    |  |            | 51,8    |
| 97               | Сыр (порциями)                                  |  | 10      | 2,69    | 3  |        |  |            | 36,3    |
| 854              | Чай с молоком                                   |  | 200     | 1,36    | 1  | 16     |  |            | 86,1    |
| Итого за Завтрак |   |  | 410     | 10,91   | 11 | 50,05  |  |            | 353,9   |

|                    |               |  |     |      |  |       |  |  |    |
|--------------------|---------------|--|-----|------|--|-------|--|--|----|
| <b>Завтрак 2</b>   |               |  |     |      |  |       |  |  |    |
| 976                | Яблоки свежие |  | 120 | 0,48 |  | 11,76 |  |  | 88 |
| Итого за Завтрак 2 |               |  | 120 | 0,48 |  | 11,76 |  |  | 88 |

|               |                                      |  |     |       |    |       |  |  |       |
|---------------|--------------------------------------|--|-----|-------|----|-------|--|--|-------|
| <b>Обед</b>   |                                      |  |     |       |    |       |  |  |       |
| 811           | Горошек зеленый консервированный     |  | 40  | 1,24  |    | 2,6   |  |  | 16    |
| 1030          | Рассольник ленинградский со сметаной |  | 180 | 1,94  | 5  | 12,82 |  |  | 100,2 |
| 1052          | 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 припущенный                      |  | 130 | 3,12  | 5  | 32,11 |  |  | 191   |
| 901           | Соус красный основной                |  | 15  | 0,11  | 1  | 1,12  |  |  | 11,8  |
| 1318          | Кисель витаминизированный            |  | 180 | 0,01  |    | 6,84  |  |  | 16,7  |
| 897           | Хлеб пшеничный                       |  | 25  | 2,68  | 1  | 13,38 |  |  | 71    |
| 1148          | Хлеб ржаной                          |  | 25  | 2,13  | 1  | 12,13 |  |  | 64,8  |
| Итого за Обед |                                      |  | 670 | 17,82 | 21 | 92,23 |  |  | 653,7 |

|                  |                                      |  |      |       |    |        |  |  |        |
|------------------|--------------------------------------|--|------|-------|----|--------|--|--|--------|
| <b>Полдник</b>   |                                      |  |      |       |    |        |  |  |        |
| 1099             | Запеканка картофельная с мясом птицы |  | 100  | 2,39  | 6  | 21,48  |  |  | 180,1  |
| 905              | Соус молочный (для подачи к блюду)   |  | 10   | 0,21  | 1  | 0,71   |  |  | 9,1    |
| 897              | Хлеб пшеничный                       |  | 10   | 1,07  |    | 5,35   |  |  | 28,4   |
| 1188             | Най с сахаром                        |  | 180  |       |    | 14,4   |  |  | 57,5   |
| Итого за Полдник |                                      |  | 300  | 3,67  | 7  | 41,94  |  |  | 245,1  |
| Итого за день    |                                      |  | 1500 | 32,88 | 39 | 195,98 |  |  | 1342,7 |

Согласовано:

Утверждаю: Директор

ООО "Азбука Питания"  
Е.А. Цирковцова



07.10.2025 (старник)



Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирренкова

09.10.2019 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

| № рецептуры | Наименование блюда           | Завтрак     |              |           | Белки г       | Жиры г       | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|------------------------------|-------------|--------------|-----------|---------------|--------------|------------|---------|
|             |                              | Выход г     | г            | г         |               |              |            |         |
| 101         | Суп молочный с крупой        | 200         | 4,92         | 6         | 17,08         | 144,5        |            |         |
| 808         | Бутерброд с маслом сливочным | 40          | 2,11         | 12        | 10,88         | 184          |            |         |
| 1188        | Чай с сахаром                | 180         |              |           | 14,4          | 57,5         |            |         |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>      | <b>420</b>  | <b>7,03</b>  | <b>18</b> | <b>42,36</b>  | <b>386</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>                  |             |              |           |               |              |            |         |
| 836         | Огурцы свежие порционно      | 60          | 0,48         |           | 1,68          | 9            |            |         |
| 1049        | Суп-поре из гороха           | 180         | 5,55         | 2         | 16,26         | 102          |            |         |
| 943         | Гренки из пшеничного хлеба   | 10          | 1,3          |           | 7,81          | 40           |            |         |
| 907         | Тефтели мясные с луком       | 70          | 10,58        | 7         | 7,35          | 167,4        |            |         |
| 1126        | Соус томатный                | 15          | 0,09         |           | 0,87          | 8,3          |            |         |
| 998         | Каша гречневая рассыпчатая   | 130         | 8,08         | 5         | 42,14         | 246,7        |            |         |
| 933         | Компот из яблок и изюма      | 180         | 0,12         |           | 17,76         | 73,7         |            |         |
| 897         | Хлеб пшеничный               | 25          | 2,68         | 1         | 13,38         | 71           |            |         |
| 1148        | Хлеб ржаной                  | 25          | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8         |            |         |
|             | <b>Итого за Обед</b>         | <b>695</b>  | <b>31,01</b> | <b>16</b> | <b>119,38</b> | <b>782,9</b> |            |         |
|             | <b>Полдник</b>               |             |              |           |               |              |            |         |
| 972         | Омлет натуральный            | 100         | 7,39         | 6         | 8,51          | 146,9        |            |         |
| 1188        | Чай с сахаром                | 180         |              |           | 14,4          | 57,5         |            |         |
| 897         | Хлеб пшеничный               | 10          | 1,07         |           | 5,35          | 28,4         |            |         |
|             | <b>Итого за Полдник</b>      | <b>290</b>  | <b>8,46</b>  | <b>6</b>  | <b>28,26</b>  | <b>232,8</b> |            |         |
|             | <b>Итого за день</b>         | <b>1505</b> | <b>46,84</b> | <b>40</b> | <b>203,81</b> | <b>1466</b>  |            |         |

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирренкова

08.10.2019 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

| № рецептуры | Наименование блюда                                | Завтрак     |              |           | Белки г       | Жиры г       | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|---|-------------|--------------|-----------|---------------|--------------|------------|---------|
|             |   | Выход г     | г            | г         |               |              |            |         |
| 883         | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180         | 6,47         | 7         | 28,61         | 218,3        |            |         |
| 1188        | Чай с сахаром                                     | 200         |              |           | 16            | 61,8         |            |         |
| 810         | Бутерброд с сыром                                 | 30          | 4,19         | 3         | 10,29         | 88,7         |            |         |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>                           | <b>410</b>  | <b>10,66</b> | <b>10</b> | <b>54,9</b>   | <b>370,8</b> |            |         |
|             | <b>Завтрак 2</b>                                  |             |              |           |               |              |            |         |
| 976         | Яблоки свежие                                     | 120         | 0,48         |           | 11,76         | 88           |            |         |
|             | <b>Итого за Завтрак 2</b>                         | <b>120</b>  | <b>0,48</b>  |           | <b>11,76</b>  | <b>88</b>    |            |         |
|             | <b>Обед</b>                                       |             |              |           |               |              |            |         |
| 812         | Кукуруза консервированная                         | 40          | 0,82         | 2         | 4,32          | 35,6         |            |         |
| 1021        | Борщ с капустой, картофелем и сметаной            | 180         | 1,37         | 5         | 9,85          | 89,6         |            |         |
| 1052        | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5           | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8         |            |         |
| 1054,01     | Котлета Детская из мяса птицы                     | 70          | 10,89        | 9         | 11,19         | 170,4        |            |         |
| 959         | Рагу из овощей                                    | 130         | 2,78         | 6         | 18,39         | 136,3        |            |         |
| 845,03      | Каша гречневая вязкая                             | 180         | 7,83         | 7         | 33,54         | 204,9        |            |         |
| 897         | Хлеб пшеничный                                    | 25          | 2,68         | 1         | 13,38         | 71           |            |         |
| 1148        | Хлеб ржаной                                       | 25          | 2,13         | 1         | 12,13         | 64,8         |            |         |
|             | <b>Итого за Обед</b>                              | <b>655</b>  | <b>29,65</b> | <b>32</b> | <b>102,84</b> | <b>784,4</b> |            |         |
|             | <b>Полдник</b>                                    |             |              |           |               |              |            |         |
| 934         | Булочка "Веснушка"                                | 60          | 5,16         | 4         | 35,41         | 196,8        |            |         |
| 914         | Кисломолочный продукт                             | 200         | 5,8          | 5         | 8             | 106          |            |         |
|             | <b>Итого за Полдник</b>                           | <b>260</b>  | <b>10,96</b> | <b>9</b>  | <b>43,41</b>  | <b>302,8</b> |            |         |
|             | <b>Итого за день</b>                              | <b>1445</b> | <b>51,75</b> | <b>51</b> | <b>212,91</b> | <b>1546</b>  |            |         |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова



Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

| № рецептуры    | Наименование блюда                             | Выход г |       |           |        | ЭЦ, ккал |
|----------------|--|---------|-------|-----------|--------|----------|
|                |  | Белки   | Жиры  | Углево-ды | ды     |          |
| <b>Завтрак</b> |  |         |       |           |        |          |
| 852            | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 180     | 5,18  | 6         | 27,44  | 186,5    |
| 919            | Какао с молоком                                | 180     | 7,08  | 6         | 18,07  | 171      |
| 810            | Бутерброд с сыром                              | 40      | 5,58  | 5         | 13,71  | 118,3    |
|                | Итого за Завтрак                               | 400     | 17,84 | 17        | 59,22  | 475,8    |
| 707            | Сок натуральный                                | 100     |       |           | 11,2   | 47,5     |
|                | Итого за Завтрак 2                             | 100     |       |           | 11,2   | 47,5     |
| <b>Обед</b>    |  |         |       |           |        |          |
| 813            | Икра кабачковая пром.производства              | 40      | 0,48  | 6         | 2,96   | 38,8     |
| 1 018          | Суп с крупой пшенной "Волна" со                | 180     | 2,95  | 5         | 13,38  | 112,1    |
| 1 699,05       | Фигурки рыбные @                               | 50      | 7,32  | 11        | 3,62   | 139,6    |
| 516            | Макаронные изделия отварные с маслом           | 130     | 5,5   | 4         | 32,82  | 189,3    |
| 928            | Компот из смеси сухофруктов                    | 180     | 0,31  |           | 21,92  | 91,5     |
| 897            | Хлеб пшеничный                                 | 25      | 2,68  | 1         | 13,38  | 71       |
| 1 148          | Хлеб ржаной                                    | 25      | 2,13  | 1         | 12,13  | 64,8     |
|                | Итого за Обед                                  | 630     | 21,37 | 28        | 100,21 | 707,1    |
| <b>Полдник</b> |  |         |       |           |        |          |
| 1 182          | Манник   | 60      | 3,83  | 5         | 36,19  | 201,4    |
| 920            | Молоко кипяченое                               | 200     | 5,8   | 6         | 9,4    | 120      |
|                | Итого за Полдник                               | 260     | 9,63  | 11        | 45,59  | 321,4    |
|                | Итого за день                                  | 1 390   | 48,84 | 56        | 216,22 | 1 551,8  |