





Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"  
 Е.А. Широкова  
 08.10.2025 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 2022 рую

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Жир г	Углевод г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	25,43	194,1
1188	Чай с сахаром	180		14,4	57,5
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	10,29	88,7
	Итого за Завтрак	370	9,94	50,12	340,3
<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>					
812	Кукуруза консервированная	30	0,62	3,24	26,7
1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,14	8,21	74,7
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	0,04	11,8
1054,01	Котлета Детская из мяса птицы	50	7,78	7,99	121,7
845,03	Каша гречневая вязкая	110	4,79	20,5	125,2
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	10,7	56,8
1148	Хлеб ржаной	20	1,7	9,7	51,8
	Итого за Обед	535	19,58	78,65	545

<b>Полдник</b>					
934	Булочка "Веснушка"	60	5,16	35,41	196,8
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	7,2	95,4
	Итого за Полдник	240	10,38	42,61	292,2
	Итого за день	1265	40,38	183,14	1265,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"  
 Е.А. Широкова  
 09.10.2025 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 2022 рую

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Жир г	Углевод г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>					
101	Суп молочный с крупой	170	4,18	5	14,52
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16
1188	Чай с сахаром	150		12	47,9
	Итого за Завтрак	350	5,76	14	34,68
<b>Завтрак 2</b>					
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81
<b>Обед</b>					
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84
1049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	7	7,35
1126	Соус томатный	15	0,09		0,87
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4	35,66
933	Компот из яблок и изюма	150	0,1		14,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7
1148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7
	Итого за Обед	570	26,97	15	97,37

<b>Полдник</b>					
972	Омлет натуральный	80	5,91	5	6,81
1188	Чай с сахаром	150		12	47,9
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		5,35
	Итого за Полдник	240	6,98	5	24,16
	Итого за день	1260	40,05	34	170,02



Согласовано:

утверждает директор

ООО "Азбука питания"

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюкина

0.10.2022 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 2022 р/о

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				Углевод-дытг	ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дытг		
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	150	4,32	5	22,87	155,4	
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171	
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7	
	Итого за Завтрак	360	15,59	14	51,23	415,1	
	Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5	
	Итого за Завтрак 2	100			11,2	47,5	
	Обед						
813	Икра кабачковая пром. производства	40	0,48	6	2,96	38,8	
1 018	Суп с крупной пшенной "Волна" со	150	2,46	4	11,15	93,4	
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6	
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	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	540	19,01	26	84,17	616,9	
	Полдник						
1 182	Манник	60	3,83	5	36,19	201,4	
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90	
	Итого за Полдник	210	8,18	10	43,24	291,4	
	Итого за день	1 210	42,78	50	189,84	1 370,9	

*(Подпись)*

11	11	11	11
11	11	11	11