

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюканова

19.02.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккала
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыл г	
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,06	5	28,52	176,1
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
	Итого за Завтрак	400	6,64	13	51,02	374,3
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	64,3
	Обед					
1 624,04	Морковь, тертая с сахаром	50	0,6	3	5,6	32
1 113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1 114	Клецки @	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 @	70	7,82	20	2,53	165,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	Итого за Обед	660	23,88	32	105,01	763,5
	Полдник					
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
	Итого за Полдник	250	4,56	5	46,16	256
	Итого за день	1 410	35,42	50	216	1 458,1

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюканова

19.02.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккала
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дыл г	
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,41	7	22,7	180,2
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
	Итого за Завтрак	400	9,6	11	45,07	348,6
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8	73,3
	Обед					
1 016	Суп-пюре овощной	180	2,57	5	12,54	103,1
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
827	Биточек мясной рубленый	70	5,44	7	11,19	170,4
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
390	Компот из свежих плодов	180	0,03		4,3	17,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	23,9
	Итого за Обед	615	18,43	19	84,97	620,6
	Полдник					
1 190,03	Ватрушка с творогом	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	Итого за Полдник	250	10,55	11	24,81	244,7
	Итого за день	1 365	38,98	41	164,65	1 287,2

Согласовано:

Утверждено директором

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирковичева

11.02.2026 (среда)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным				180	5,18	6	27,44	186,5
97	Сыр (порциями)				10	2,69	3		36,3
693	Батон				30	1,5	1	12,5	78,2
1 110	Кофейный напиток с молоком				180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак					400	12,07	13	52	381,1

Итого за Завтрак 2									
707	Сок натуральный				100			11,2	69
Итого за Завтрак 2					100			11,2	69

Обед									
813	Икра кабачковая пром.производства				50	0,6	7	3,7	48,5
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной				180	1,37	5	9,85	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)				5	1,15	1	0,04	11,8
444,01	Плов со свиной				200	14,47	17	39,18	350,8
1 318	Кисель витаминизированный				180	0,01		6,84	16,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный				25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной				15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед					655	21,56	31	77,77	624,8

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				180			14,4	57,5
Итого за Полдник					250	1,29	1	22,52	101,8
Итого за день					1 405	34,92	45	163,49	1 176,7

Согласовано:

Утверждено директором

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирковичева

12.02.2026 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным				180	5,16	6	24,35	171
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				180	1,23	1	14,4	79,2
Итого за Завтрак					400	7,97	15	51,38	394,5

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

Обед									
811	Горошек зеленый консервированный				50	1,55		3,25	20
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной				180	1,83	5	12,44	98,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)				5	1,15	1	0,04	11,8
1 071	Рагу из птицы				200	17,93	9	19,3	245,1
699	Напиток лимонный				180	0,03		3,5	16,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный				25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед					650	26,02	16	54,26	483,4

Полдник									
961	Омлет с капустой				70	5,33	6	11,74	125
1 188	Чай с сахаром				180			14,4	57,5
1 148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,85	25,9
Итого за Полдник					260	6,18	6	30,99	208,4
Итого за день					1 410	40,34	37	148,81	1 140,2

Согласовано:

Утверждает: Директор

ООО "Азбука питания"



13.02.2028 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб**

№ инвентур	Наименование блюда	Выход			ЭЦ эквал.		
		г	кг	шт	Белки	Жиры	Углевод.
<b>Завтрак</b>							
848	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,51		243,3
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3			36,3
693	Батон	30	1,5	1	12,5		78,2
686	Чай с лимоном (ц)	180	0,05		13,65		53,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>10,69</b>	<b>11</b>	<b>64,66</b>		<b>411,7</b>
<b>Завтрак 2</b>							
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>
<b>Обед</b>							
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58		95,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04		11,8
1 107	Биточек рыбный	70	9,28	7	11,12		140,9
995	Шоуре картофельное	130	2,82	4	19,09		127,4
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75		7,9
705	Нашток из плодов шиповника	180	0,61		24,86		115,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,38		68,5
1 148	Хлеб ржачной	15	1,28		7,28		38,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>615</b>	<b>19,26</b>	<b>18</b>	<b>80,6</b>		<b>606,6</b>
<b>Полдник</b>							
1 073	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,21		147,8
1 142	Повидло	10	0,04		6,5		25
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46		108
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>260</b>	<b>15,75</b>	<b>12</b>	<b>26,17</b>		<b>280,8</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 375</b>	<b>45,75</b>	<b>41</b>	<b>183,37</b>		<b>1 348,7</b>