

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Абука Питания"
 Е.А. Широконова
 17.02.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 25 / руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ, ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
880	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	56,1
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	10,34	19	50,6	423,7
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	64,3
	Обед					
1 080	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,77	2	12,64	76,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,64	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	70	12,7	5	2,52	178,7
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	10,60	127,4
699	Напиток лимонный	180	0,05		3,5	16,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,08	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,85	25,9
	Итого за Обед	600	22	13	53,52	505,5
	Полдник					
1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	2,5
14 539,27	Чай с сахаром @	180			6,29	25,1
	Итого за Полдник	250	1,29	1	14,41	67,4
	Итого за день	1 350	33,97	33	132,34	1 062,9

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Абука Питания"
 Е.А. Широконова
 16.02.2026 (воскресенье)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 25 / руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ, ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
	Итого за Завтрак	400	11,63	11	53,3	364,2
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
	Итого за Завтрак 2	100	0,17		12,18	50,9
	Обед					
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,82	100,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,64	11,8
827	Биточек мясной рубленый	70	3,44	7	11,19	170,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,08	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	Итого за Обед	600	17,57	18	75,44	582,8
	Полдник					
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
	Итого за Полдник	250	10,51	14	51,76	383,8
	Итого за день	1 350	39,88	43	196,68	1 381,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркованова

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Циркованова

18.02.2016 (четверг)

18.02.2016 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Вместо			Жиры			Углево-ды	ЭЦ, ккал
		г	г	г	г	г	г		
Завтрак									
1 284	Суп молочный с вермишелью	180	8,47	5	15,13				178,4
1 289,01	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	180	2,7	3	12,06				80,1
	Итого за Завтрак	400	12,75	16	39,82				402,8
Завтрак 2									
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81				64,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81				64,3
Обед									
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,36				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
1 126	Соус томатный	10	0,76	2	0,88				5,6
845,03	Каша гречневая вязкая	130	5,66	5	24,22				148
933	Компот из яблок и изюма	180	0,12		17,76				73,7
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	615	26,8	17	85,71				631,1
Полдник									
972	Омлет натуральный	70	5,17	5	5,95				162,8
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	6,02	5	25,21				186,2
	Итого за день	1 375	45,91	38	168,55				1 284,4

№ рецептуры	Наименование блюда	Вместо			Жиры			Углево-ды	ЭЦ, ккал
		г	г	г	г	г	г		
Завтрак									
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61				218,3
838	Чай с сахаром @	180			9,87				53,9
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3					36,3
693	Батон	30	1,5	1	12,5				78,2
	Итого за Завтрак	400	10,66	11	50,98				386,7
Завтрак 2									
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8				73,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,4		9,8				73,3
Обед									
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
1 054,01	Котлета Детская из мяса птицы	70	10,89	9	11,19				170,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82				185,3
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	600	22,75	20	91,55				647
Полдник									
861	Ватрушка со сметаной	50	5,84	9	34,36				224,5
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4				120
	Итого за Полдник	250	11,64	15	43,76				344,5
	Итого за день	1 350	45,45	46	156,00				1 481,5

