

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Абушка Питания"

Е.А. Широкова

17.02.2026 (открытка)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 160 | 5,38 | 7 | 27,03 | 177,1 |
| 1 259,01 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7 | 0,13 | 66,1 |
| 693 | Батон | 30 | 1,5 | 1 | 12,5 | 78,2 |
| 1 110 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,25 | 2 | 10,05 | 66,8 |
| | <u>Итого за Завтрак</u> | 350 | 9,21 | 17 | 49,71 | 388,2 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,34 | | 13,81 | 64,3 |
| | <u>Итого за Завтрак 2</u> | 100 | 0,34 | | 13,81 | 64,3 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 1,48 | 2 | 10,53 | 63,7 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 024 | Гуляш из курицы @ | 50 | 9,07 | 3 | 1,8 | 127,7 |
| 995 | Пюре картофельное | 110 | 2,39 | 4 | 16,16 | 107,8 |
| 699 | Напиток лимонный | 150 | 0,02 | | 2,91 | 14 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | 25,9 |
| | <u>Итого за Обед</u> | 495 | 17,1 | 11 | 44,99 | 405,7 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 1 066 | Сырники | 60 | 1,25 | 1 | 1,62 | 19,3 |
| 1 142 | Повидло | 10 | 0,04 | | 6,5 | 25 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 150 | | | 8,23 | 44,9 |
| | <u>Итого за Полдник</u> | 220 | 1,29 | 1 | 16,35 | 89,2 |
| | <u>Итого за день</u> | 1 165 | 27,94 | 29 | 120,86 | 947,4 |

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Абушка Питания"

Е.А. Широкова

16.02.2026 (руководитель)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 1 111 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 4,59 | 5 | 21,64 | 152 |
| 97 | Сыр (порциями) | 10 | 2,69 | 3 | | 36,3 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 30 | 2,55 | 1 | 14,55 | 77,7 |
| 854 | Чай с молоком | 150 | 1,02 | 1 | 12 | 66 |
| | <u>Итого за Завтрак</u> | 350 | 10,85 | 10 | 48,19 | 332 |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | | | |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 100 | 0,17 | | 12,18 | 50,9 |
| | <u>Итого за Завтрак 2</u> | 100 | 0,17 | | 12,18 | 50,9 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | 150 | 1,62 | 4 | 10,68 | 83,5 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 827 | Биточек мясной рубленый | 50 | 3,89 | 5 | 7,99 | 121,7 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,65 | 3 | 27,77 | 160,2 |
| 1 797 | Кисель из сухофруктов | 150 | 0,21 | | 27,96 | 113,7 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | 25,9 |
| | <u>Итого за Обед</u> | 495 | 14,51 | 14 | 87,99 | 571,6 |
| <u>Полдник</u> | | | | | | |
| 769,12 | Булочка домашняя | 70 | 5,29 | 8 | 43,3 | 275,8 |
| 920 | Молоко кипяченое | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 |
| | <u>Итого за Полдник</u> | 220 | 9,64 | 13 | 50,35 | 365,8 |
| | <u>Итого за день</u> | 1 165 | 35,17 | 37 | 198,71 | 1 320,3 |

Согласовано:

Утверждено директором

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирюк

Е. А. Цирюк

19.02.2025 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

| № инвентаризации | Наименование блюда | Выход г | | Белок г | | Жиры г | | Углевод-ды г | | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------|---------|-------|---------|-------|--------|---|--------------|--|---------|
| | | г | г | г | г | г | г | | | |
| 1 284 | Суп молочный с вермишелью | 160 | 7,53 | 5 | 13,45 | | | | | 155,6 |
| 1 259,01 | 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 | 150 | 2,25 | 2 | 10,05 | | | | | 66,8 |
| | Итого за Завтрак | 350 | 11,36 | 15 | 36,13 | | | | | 369,7 |

| Завтрак 2 | |
|------------------|-----------------------------|
| № инвентаризации | Наименование блюда |
| 705 | Напиток из плодов шиповника |
| | Итого за Завтрак 2 |
| | Обед |

| | | | | | | | | | | |
|--------|-------------------------------|-----|-------|----|-------|--|--|--|--|-------|
| 1 049 | Суп-пюре из гороха | 150 | 4,63 | 2 | 13,55 | | | | | 85 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 5 | 0,68 | | 3,9 | | | | | 20 |
| 907 | Тефтели мясные с луком | 50 | 7,56 | 5 | 5,25 | | | | | 119,6 |
| 1 126 | Соус томатный | 10 | 0,06 | 2 | 0,88 | | | | | 5,6 |
| 845,03 | Каша гречневая вязкая | 110 | 4,79 | 4 | 20,5 | | | | | 125,2 |
| 933 | Компот из яблок и изюма | 150 | 0,1 | | 14,8 | | | | | 61,4 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | | | | | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | | | | | 25,9 |
| | Итого за Обед | 505 | 20,78 | 14 | 72,13 | | | | | 497,5 |

| Полдник | | | | | | | | | | |
|------------------|--------------------|-------|-------|----|--------|--|--|--|--|---------|
| № инвентаризации | Наименование блюда | | | | | | | | | |
| 972 | Омлет натуральный | 60 | 4,43 | 4 | 5,11 | | | | | 88,1 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 12 | | | | | 47,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | | | | | 25,9 |
| | Итого за Полдник | 220 | 5,28 | 4 | 21,96 | | | | | 161,9 |
| | Итого за день | 1 175 | 37,76 | 33 | 144,83 | | | | | 1 093,4 |

Согласовано:

Утверждено директором

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирюк

Е. А. Цирюк

18.02.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

| № инвентаризации | Наименование блюда | Выход г | | Белок г | | Жиры г | | Углевод-ды г | | ЭЦ ккал |
|------------------|---|---------|---|---------|----|--------|---|--------------|--|---------|
| | | г | г | г | г | г | г | | | |
| 883 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | | 5,75 | 6 | | | | | 194,1 |
| 828 | Чай с сахаром @ | 150 | | | | | | | | 44,9 |
| 97 | Сыр (порциями) | 10 | | 2,69 | 3 | | | | | 36,3 |
| 693 | Батон | 30 | | 1,5 | 1 | | | | | 78,2 |
| | Итого за Завтрак | 350 | | 9,94 | 10 | | | | | 353,5 |

| Завтрак 2 | |
|------------------|--------------------|
| № инвентаризации | Наименование блюда |
| 976 | Яблоки свежие |
| | Итого за Завтрак 2 |
| | Обед |

| | | | | | | | | | | |
|----------|--|-----|-------|----|-------|--|--|--|--|-------|
| 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 |
| 1 054,01 | Котлета Детская из мяса птицы | 50 | 7,78 | 6 | 7,99 | | | | | 121,7 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,65 | 3 | 27,77 | | | | | 160,2 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,26 | | 18,27 | | | | | 76,5 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | | | | | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | | | | | 25,9 |
| | Итого за Обед | 495 | 17,97 | 15 | 75,83 | | | | | 525,4 |

| Полдник | | | | | | | | | | |
|------------------|----------------------|-------|-------|----|-------|--|--|--|--|---------|
| № инвентаризации | Наименование блюда | | | | | | | | | |
| 861 | Ватрушка со сметаной | 50 | 5,84 | 9 | 34,36 | | | | | 224,5 |
| 920 | Молоко кипяченое | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | | | | | 90 |
| | Итого за Полдник | 200 | 10,19 | 14 | 41,41 | | | | | 314,5 |
| | Итого за день | 1 145 | 38,5 | 39 | 173,2 | | | | | 1 266,7 |

