

Согласовано:

утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирковцова

25.02.2026 (среда)

25.02.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 рубо

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
852	Каша маэная жидкая молочная с маслом сливочным	160	4,6	5	24,39	165,8
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	150	2,25	2	10,05	66,8
	Итого за Завтрак	350	11,04	11	46,94	347,1

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

Обед						
813	Икра кэсачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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
444,01	Плов со свиной	160	11,58	13	31,34	280,7
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
	Итого за Обед	525	17,43	23	83,32	590,7

Полдник						
1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидл с	10	0,04		6,5	25
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
	Итого за Полдник	220	1,29	1	20,12	92,2
	Итого за день	1 195	29,76	35	161,58	1 099

Согласовано:

утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Цирковцова

25.02.2026 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 рубо

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белок г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочн., м	160	4,5	5	25,35	156,5
1 259,01	Масло стывочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
828	Чай с сахаром	150			8,21	44,9
	Итого за Завтрак	350	6,08	13	46,21	345,7

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						
1 624,04	Морковь, тертая с сахаром	30	0,36	2	3,36	31,2
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,6	2	12,45	72,9
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 свиной	50	5,59	14	1,81	118,2
995	Пюре из тофелевое	110	2,39	4	16,16	107,8
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
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	535	14,81	24	67,75	513,2

Полдник						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
854	Чай с маюком	150	1,02	1	12	66
	Итого за Полдник	200	4,22	5	42,16	233,9
	Итого за день	1 185	25,45	42	169,93	1 157,1

Согласовано: _____
утверждает директор

ООО "Азбука питания"
Е.А. Цирюкова

26.02.2020 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
1111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным				160	4,59	5	21,64	152
1259,01	Масло сливочное (порциями)				10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон				30	1,5	1	12,5	78,2
854	Чай с м.жюком				150	1,02	1	12	66
Итого за Завтрак					350	7,19	14	46,27	362,3

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

Итого за Завтрак 2									
812	Кукуруза консервированная				30	0,62	1	3,24	26,7
1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной				150	1,52	4	10,37	82
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)				5	1,15	1	0,04	11,8
1071	Рагу из картофеля				160	14,34	7	15,44	196,1
699	Напиток лимонный				150	0,02		2,91	14
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный				20	2,14	1	8,7	54,8
1148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед					525	20,64	14	45,55	411,3

Итого за Обед									
961	Омлет с капустой				50	3,81	4	8,38	89,3
1148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,85	25,9
1188	Чай с сахаром				150			12	47,9
Итого за Обед					210	4,66	4	25,23	163,1
Итого за день					1185	32,66	32	129,23	987,6

Согласовано: _____
утверждает директор

ООО "Азбука питания"
Е.А. Цирюкова

27.02.2020 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным				160	5,73	6	34,23	216,2
97	Сыр (порциями)				10	2,69	3		36,3
693	Батон				30	1,5	1	12,5	78,2
686	Чай с лимонном				150	0,04		11,37	44,9
Итого за Завтрак					350	9,96	10	58,1	375,6

Итого за Завтрак 2									
912	Компот из свежих яблок				100	0,05		11,94	49,6
Итого за Завтрак 2					100	0,05		11,94	49,6

Итого за Завтрак 2									
124	Ци из свежей капусты с картофелем со сметаной				150	1,14	4	5,48	79,5
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)				5	1,15	1	0,04	11,8
1107	Биточек рыбный				50	6,63	5	7,95	100,6
998	Каша гречневая рассыпчатая				110	6,84	4	35,66	208,7
901	Соус красный основной				10	0,07	1	0,75	7,9
705	Напиток из плодов шиповника				150	0,51		20,72	96,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный				20	2,14	1	8,7	54,8
1148	Хлеб ржаной				10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед					505	19,33	16	84,15	585,7

Итого за Обед									
1073	Пудинг творожно-маншый				50	7,49	5	8,01	105,6
1142	Повидло				10	0,04		6,5	25
920	Молоко кипяченое				150	4,35	5	7,05	90
Итого за Обед					210	11,88	10	21,56	220,6
Итого за день					1165	41,22	36	175,75	1231,5