

Согласовано:

Утверждаю, директор

ООО "Азбука питания"  
 АЗБУКА ПИТАНИЯ  
 Е.А. ШИРОКОВИЧ  
 16.03.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

Согласовано:

Утверждаю, директор

ООО "Азбука питания"  
 АЗБУКА ПИТАНИЯ  
 Е.А. ШИРОКОВИЧ  
 17.03.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры | Наименование блюда                              | Завтрак |         |        |              | ЭД, ккал |
|-------------|---|---------|---------|--------|--------------|----------|
|             |   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 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    |

| Завтрак 2   |                             |           |         |        |              |          |
|-------------|-----------------------------|-----------|---------|--------|--------------|----------|
| № рецептуры | Наименование блюда          | Завтрак 2 |         |        |              | ЭД, ккал |
|             |                             | Выход г   | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 928         | Компот из смеси сухофруктов | 100       | 0,17    |        | 12,18        | 50,9     |
|             | Итого за Завтрак 2          | 100       | 0,17    |        | 12,18        | 50,9     |

| Обед        |                                      |         |         |        |              |          |
|-------------|--------------------------------------|---------|---------|--------|--------------|----------|
| № рецептуры | Наименование блюда                   | Обед    |         |        |              | ЭД, ккал |
|             |                                      | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 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      | 0,04         | 11,8     |
| 827         | Биточек мясной рубленый              | 70      | 5,44    | 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      | 2,68    | 1      | 10,88        | 68,5     |
| 1 148       | Хлеб ржаной                          | 10      | 0,85    |        | 4,85         | 25,9     |
|             | Итого за Обед                        | 600     | 17,57   | 18     | 79,44        | 582,8    |

| Полдник     |                    |         |         |        |              |          |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|--------------|----------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник |         |        |              | ЭД, ккал |
|             |                    | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 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  |

| № рецептуры | Наименование блюда                                       | Завтрак |         |        |              | ЭД, ккал |
|-------------|--|---------|---------|--------|--------------|----------|
|             |  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 850         | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 180     | 6,06    | 8      | 25,91        | 198,3    |
| 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                               | 180     | 2,7     | 3      | 12,06        | 89,1     |
|             | Итого за Завтрак   | 400     | 10,34   | 19     | 50,6         | 423,7    |

| Завтрак 2   |                             |           |         |        |              |          |
|-------------|-----------------------------|-----------|---------|--------|--------------|----------|
| № рецептуры | Наименование блюда          | Завтрак 2 |         |        |              | ЭД, ккал |
|             |                             | Выход г   | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 705         | Напиток из плодов шиповника | 100       | 0,34    |        | 13,81        | 64,3     |
|             | Итого за Завтрак 2          | 100       | 0,34    |        | 13,81        | 64,3     |

| Обед        |  |         |         |        |              |          |
|-------------|--|---------|---------|--------|--------------|----------|
| № рецептуры | Наименование блюда                       | Обед    |         |        |              | ЭД, ккал |
|             |  | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 1 030       | 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      | 0,04         | 11,8     |
| 1 105       | Гуляш из курицы                          | 70      | 15,18   | 5      | 2,66         | 113,9    |
| 995         | Пюре картофельное                        | 130     | 2,82    | 4      | 19,09        | 127,4    |
| 699         | Напиток лимонный                         | 180     | 0,03    |        | 3,5          | 16,7     |
| 897,01      | Хлеб пшеничный 1с обогащенный            | 25      | 2,68    | 1      | 10,88        | 68,5     |
| 1 147       | Хлеб ржаной                              | 10      | 0,85    |        | 4,85         | 25,9     |
|             | Итого за Обед                            | 600     | 24,48   | 13     | 53,66        | 440,7    |

| Полдник     |                    |         |         |        |              |          |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|--------------|----------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Полдник |         |        |              | ЭД, ккал |
|             |                    | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-дылг. |          |
| 1 066       | Сырники            | 60      | 10,82   | 7      | 13,63        | 161,1    |
| 1 142       | Повидло            | 10      | 0,04    |        | 6,5          | 25       |
| 854         | Чай с молоком      | 180     | 1,23    | 1      | 14,4         | 79,2     |
|             | Итого за Полдник   | 250     | 12,09   | 8      | 34,53        | 265,3    |
|             | Итого за день      | 1 350   | 47,25   | 40     | 152,6        | 1 194    |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "АЮКА ПИТАНИЯ"

Е.А. Широманова

19.03.2026 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры | Наименование блюда            | Завтрак |         |        |              |   |   |   |   |   | ЭЦ ккал |
|-------------|-------------------------------|---------|---------|--------|--------------|---|---|---|---|---|---------|
|             |                               | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ды г | г | г | г | г | г |         |
| 1284        | Суп молочный с вермишелью     | 180     | 8,47    | 5      | 15,13        |   |   |   |   |   | 178,4   |
| 1259,01     | Масло сливочное (порциями)    | 10      | 0,08    | 7      | 0,13         |   |   |   |   |   | 66,1    |
| 693         | Батон                         | 30      | 1,5     | 1      | 12,5         |   |   |   |   |   | 78,2    |
| 1110        | Кофейный напиток с молоком    | 180     | 2,7     | 3      | 12,06        |   |   |   |   |   | 89,1    |
|             | Итого за Завтрак              | 400     | 12,75   | 16     | 39,82        |   |   |   |   |   | 402,8   |
|             | Итого за 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    |
|             | Итого за Завтрак 2 Обед       |         |         |        |              |   |   |   |   |   |         |
| 1049        | Суп-пюре из гороха            | 180     | 5,55    | 2      | 16,26        |   |   |   |   |   | 102     |
| 943         | Гренки из пшеничного хлеба    | 10      | 1,3     |        | 7,81         |   |   |   |   |   | 40      |
| 907         | Тефтели мясные с луком        | 70      | 10,58   | 9      | 7,35         |   |   |   |   |   | 167,4   |
| 1126        | Соус томатный                 | 10      | 0,06    | 2      | 0,38         |   |   |   |   |   | 5,6     |
| 845,03      | Каша гречневая вязкая         | 130     | 5,66    | 5      | 24,22        |   |   |   |   |   | 148     |
| 933         | Компот из яблок и изюма       | 180     | 0,12    |        | 17,75        |   |   |   |   |   | 73,7    |
| 897,01      | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 25      | 2,68    | 1      | 10,88        |   |   |   |   |   | 68,5    |
| 1148        | Хлеб ржаной                   | 10      | 0,85    |        | 4,85         |   |   |   |   |   | 25,9    |
|             | Итого за Обед                 | 615     | 26,8    | 19     | 89,71        |   |   |   |   |   | 631,1   |
|             | Итого за Обед Полдник         |         |         |        |              |   |   |   |   |   |         |
| 972         | Омлет натуральный             | 70      | 5,17    | 5      | 5,96         |   |   |   |   |   | 102,8   |
| 1188        | Чай с сахаром                 | 180     |         |        | 14,4         |   |   |   |   |   | 57,5    |
| 1148        | Хлеб ржаной                   | 10      | 0,85    |        | 4,85         |   |   |   |   |   | 25,9    |
|             | Итого за Полдник              | 260     | 6,02    | 5      | 25,21        |   |   |   |   |   | 186,2   |
|             | Итого за день                 | 1375    | 45,91   | 40     | 168,53       |   |   |   |   |   | 1284,4  |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "АЮКА ПИТАНИЯ"

Е.А. Широманова

18.03.2026 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры | Наименование блюда                                | Завтрак |         |        |              |   |   |   |   |   | ЭЦ ккал |
|-------------|---|---------|---------|--------|--------------|---|---|---|---|---|---------|
|             |   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод-ды г | г | г | г | г | г |         |
| 883         | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 6,47    | 7      | 28,61        |   |   |   |   |   | 218,3   |
| 828         | Чай с сахаром (а)                                 | 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   |
|             | Итого за Завтрак 2                                |         |         |        |              |   |   |   |   |   |         |
| 976         | Яблоки свежие                                     | 100     | 0,4     |        | 9,8          |   |   |   |   |   | 73,3    |
|             | Итого за Завтрак 2 Обед                           | 100     | 0,4     |        | 9,8          |   |   |   |   |   | 73,3    |
|             | Итого за Обед Полдник                             |         |         |        |              |   |   |   |   |   |         |
| 1021        | Борщ с капустой, картофелем и сметаной            | 180     | 1,37    | 5      | 9,85         |   |   |   |   |   | 89,6    |
| 1052        | Мясо кур отварное (для первых блюд)               | 5       | 1,15    | 1      | 0,04         |   |   |   |   |   | 11,8    |
| 1054,01     | 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        |   |   |   |   |   | 189,3   |
| 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    |
| 1148        | Хлеб ржаной                                       | 10      | 0,85    |        | 4,85         |   |   |   |   |   | 25,9    |
|             | Итого за Обед                                     | 600     | 22,75   | 20     | 91,55        |   |   |   |   |   | 647     |
|             | Итого за Обед 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                                     | 1350    | 45,45   | 46     | 196,09       |   |   |   |   |   | 1451,5  |

Согласовано:

Утверждено: Директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирюк

20.03.2023 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / руб**

| № инвентуры | Наименование блюда | Выход г |   | Белки г |   | Жиры г |   | Углевод- дельт |  | ЭЦ kcal |
|-------------|--------------------|---------|---|---------|---|--------|---|----------------|--|---------|
|             |                    | г       | г | г       | г | г      | г | г              |  |         |

**Завтрак**

|     |  |            |  |             |           |              |  |  |  |              |
|-----|--|------------|--|-------------|-----------|--------------|--|--|--|--------------|
| 852 | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 180        |  | 5,18        | 6         | 27,44        |  |  |  | 186,5        |
| 854 | Чай с молоком                                  | 180        |  | 1,23        | 1         | 14,4         |  |  |  | 79,2         |
| 97  | Сыр (порциями)                                 | 10         |  | 2,69        | 3         |              |  |  |  | 36,3         |
| 693 | Батон  | 30         |  | 1,5         | 1         | 12,5         |  |  |  | 78,2         |
|     | <b>Итого за Завтрак</b>                        | <b>400</b> |  | <b>10,6</b> | <b>11</b> | <b>54,34</b> |  |  |  | <b>380,2</b> |

**Завтрак 2**

|     |                           |            |  |  |  |  |  |  |  |           |
|-----|---------------------------|------------|--|--|--|--|--|--|--|-----------|
| 707 | Сок натуральный           | 100        |  |  |  |  |  |  |  | 69        |
|     | <b>Итого за Завтрак 2</b> | <b>100</b> |  |  |  |  |  |  |  | <b>69</b> |

**Обед**

|        |                                 |            |  |              |           |               |  |  |  |              |
|--------|---------------------------------|------------|--|--------------|-----------|---------------|--|--|--|--------------|
| 812    | Кукуруза консервированная       | 50         |  | 1,03         | 2         | 5,4           |  |  |  | 44,5         |
| 1 018  | Суп с крупой пшенной "Волна" со | 180        |  | 2,95         | 5         | 13,38         |  |  |  | 112,1        |
| 1 107  | Биточек рыбный                  | 70         |  | 9,28         | 7         | 11,12         |  |  |  | 140,9        |
| 901    | Соус красный основной           | 15         |  | 0,11         | 1         | 1,12          |  |  |  | 11,8         |
| 512    | Рис припущенный                 | 130        |  | 3,12         | 5         | 32,11         |  |  |  | 191          |
| 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         |
|        | <b>Итого за Обед</b>            | <b>660</b> |  | <b>20,33</b> | <b>21</b> | <b>100,78</b> |  |  |  | <b>686,2</b> |

**Полдник**

|       |                         |              |  |              |           |               |  |  |  |                |
|-------|-------------------------|--------------|--|--------------|-----------|---------------|--|--|--|----------------|
| 1 182 | Манник                  | 50           |  | 3,2          | 4         | 30,16         |  |  |  | 167,9          |
| 920   | Молоко кипяченое        | 200          |  | 5,8          | 6         | 9,4           |  |  |  | 120            |
|       | <b>Итого за Полдник</b> | <b>250</b>   |  | <b>9</b>     | <b>10</b> | <b>39,56</b>  |  |  |  | <b>287,9</b>   |
|       | <b>Итого за день</b>    | <b>1 410</b> |  | <b>39,93</b> | <b>42</b> | <b>265,88</b> |  |  |  | <b>1 423,3</b> |