

Согласовано:

Утверждаю: директор
 ООО "Агрокапитал"
 Е.А. Ширянова
 (подпись)
 14.05.2014

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г			Жир г			Углевод-ды г			ЭЦ ккал
		г	г	г	г	г	г	г	г		
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171					
1 148		30	2,55	1	14,55	77,7					
97		10	2,69	3		36,3					
854		180	1,23	1	1,44	79,2					
	Итого за Завтрак	400	11,63	11	53,3	364,2					

Завтрак										
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				
1 032	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8				
1 024	Гуляш из курицы @	70	12,7	5	2,52	178,7				
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	24,83	16	70,77	591,1				

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	47,14	41	188,01	1 390				

Согласовано:

Утверждаю: директор
 ООО "Агрокапитал"
 Е.А. Ширянова
 (подпись)
 14.05.2014

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г			Жир г			Углевод-ды г			ЭЦ ккал
		г	г	г	г	г	г	г	г		
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	26,91	199,3					
1 259,01		10	0,08	7	0,13	66,1					
693		30	1,5	1	12,5	78,2					
1 110		180	2,7	3	12,06	80,1					
	Итого за Завтрак	400	10,34	19	51,6	423,7					

Завтрак										
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3				
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	64,3				

Обед										
1 050	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	24,43	13	51,66	440,7				

Полдник										
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:

Утверждено: директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Широканова

Утверждено: директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Широканова

16.08.2016 (четверг)

15.08.2016 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	180	8,47	5	15,13	178,4
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	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	16,26	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
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
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	29,22	19	107,63	729,8
Полдник						
972	Омлет натуральный	70	5,17	5	5,96	102,8
1 188	Чай с сахаром, 200	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	48,33	40	186,47	1 381,1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
828	Чай с сахаром (2)	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	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
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	48,45	46	196,09	1 451,5

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Аруна ПИТАНИЕ"

Е.А. Цирюков

17.04.2023 (подпись)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г						ЭЦ (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод-ды	Соль	Сахар	Другое	
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
	Итого за Завтрак	400	10,6	11	54,34			380,2
Завтрак 2								
707	Сок натуральный	100			11,2			69
	Итого за Завтрак 2	100			11,2			69
Обед								
812	Кукуруза консервированная	50	1,03	2	5,4			44,5
1 018	Суп с крутой 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
	Итого за Обед	660	20,33	21	100,78			686,2
Полдник								
1 182	Маннык	50	3,2	4	30,16			167,9
926	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4			120
	Итого за Полдник	250	9	10	39,56			287,9
	Итого за день	1 410	39,93	42	205,88			1 423,3