

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Абука Питания"

А. А. Цирковичев

38.04.2023 (сторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ, ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
850	Каша овсяная Гёркулес 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	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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>10,34</b>	<b>19</b>	<b>50,6</b>	<b>423,7</b>

Завтрак 2		Обед			
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	13,81	64,3
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>	<b>13,81</b>	<b>64,3</b>

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
437,37	Гуляш из мяса птицы	70	6,55	5	6,92	92,4
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>600</b>	<b>15,85</b>	<b>13</b>	<b>57,92</b>	<b>419,2</b>

Полдник		Итого за день				
770	Булочка дорожная	70	5,15	12	40,31	220,4
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>6,38</b>	<b>13</b>	<b>54,71</b>	<b>299,6</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 350</b>	<b>32,91</b>	<b>45</b>	<b>177,04</b>	<b>1 206,8</b>

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Абука Питания"

А. А. Цирковичев

38.04.2023 (ответственный)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>11,63</b>	<b>11</b>	<b>53,3</b>	<b>364,2</b>

Завтрак 2		Обед			
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17	12,18	50,9
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,17</b>	<b>12,18</b>	<b>50,9</b>

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		21,6	85,5
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>600</b>	<b>17,57</b>	<b>18</b>	<b>94,2</b>	<b>651,6</b>

Полдник		Итого за день				
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>10,51</b>	<b>14</b>	<b>51,76</b>	<b>383,8</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 350</b>	<b>39,88</b>	<b>43</b>	<b>211,44</b>	<b>1 450,5</b>

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Азбука Питания"



Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак 2</b>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
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	2,66	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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Полдник</b>						
892	Омлет с картофелем	70	0,72	1	1,02	16,4
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	1,57	1	20,27	99,8
Итого за день		1 375	43,88	36	181,53	1 296,7

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Азбука Питания"



Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
828	Чай с сахаром @	180			9,87	53,9
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
Итого за Завтрак		400	8,01	8	57,48	375,4

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак 2</b>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	73,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
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	Котлета Детская мясная	70	11,19	19	8,31	249,7
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	23,05	30	88,67	726,3

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды.г	ЭЦ ккал
<b>Полдник</b>						
861	Вагрушка 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	43,1	53	199,71	1 519,5