

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"
Центральный филиал
Циркованова

27.04.2025 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,38	7	23,03	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
	Итого за Завтрак	350	9,21	17	45,71	388,2

Завтрак 2						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
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	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	2	10,59	63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
437,37	Гуляш из мяса птицы	50	4,68	3	4,94	66
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
	Итого за Обед	495	12,71	11	48,13	344

Полдник						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
770	Булочка дорожная	60	4,41	11	34,55	188,9
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
	Итого за Полдник	210	5,43	12	46,55	254,9
	Итого за день	1 155	27,69	40	154,2	1 051,4

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"
Центральный филиал
Циркованова

27.04.2025 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
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
	Итого за Завтрак	350	10,85	10	48,19	332

Завтрак 2						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
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	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
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
	Итого за Обед	495	14,51	14	87,99	571,6

Полдник						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-дылг	ЭЦ ккал
769,12	Булочка домашняя	70	5,29	8	43,3	275,8
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
	Итого за Полдник	220	9,64	13	50,35	365,8
	Итого за день	1 165	35,17	37	198,71	1 320,3

Согласовано:

Утверждаю: директор



30.04.2026 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	160	7,53	5	13,45	158,6
59,01	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

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
Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20
907	Тефтели мясные с луком	50	7,56	6	5,25	119,6
1 126	Соус томатный	10	0,06	2	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4	35,66	208,7
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	22,83	15	87,29	581

892	Омлет с картофелем	60	0,62	1	0,87	14,1
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	Итого за Полдник	220	1,47	1	17,72	87,9
	Итого за день	1 175	36	31	154,95	1 102,9

Согласовано:

Утверждаю: директор



30.04.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
383	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6	25,43	194,1
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
	Итого за Завтрак	350	7,29	7	56,43	345,2

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
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	Котлета Детская мясная	50	7,99	13	5,94	178,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
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	495	18,18	22	73,78	582

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	36,06	43	181,42	1 315