

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука ПИТАНИЯ"

Е.А. ЦИРКОВА



05.05.2019 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным				180	8,06	8	28,52	176,1
1 259,01	Масло сливочное (порциями)				10	0,08	7	0,13	66,1
693	Батон				30	1,5	1	12,5	78,2
828	Чай с сахаром				180			9,87	53,9
Итого за Завтрак					400	9,64	16	51,02	374,3
Завтрак 2									
705	Напиток из плодов шиповника				100	0,34		13,81	59,3
Итого за Завтрак 2					100	0,34		13,81	59,3

Итого за Завтрак 2				
Обед				

811	Горошек зеленый консервированный				50	1,55		3,25	20
1 113	Суп картофельный с клецками				180	1,92	2	14,94	87,4
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 свинины				70	7,82	16	2,53	165,4
995	Пюре картофельное				130	2,82	4	19,09	127,4
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	19,57	24	79,61	612,2
Полдник									
1 182	Манник				50	3,2	4	30,16	167,9
854	Чай с молоком				200	1,36	1	16	88,1
Итого за Полдник					250	4,56	5	46,16	256
Итого за день					1 410	34,11	45	190,6	1 301,8

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука ПИТАНИЯ"

Е.А. ЦИРКОВА



05.05.2019 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
1 013	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным				180	5,41	7	22,7	214,2
1 148	Хлеб ржаной				30	2,55	1	14,55	77,7
97	Сыр (порциями)				10	2,69	3		36,3
828	Чай с сахаром				180			9,87	53,9
Итого за Завтрак					400	10,65	11	47,12	382,1
Завтрак 2									
976	Яблоки свежие				100	0,4		9,8	73,3
Итого за Завтрак 2					100	0,4		9,8	73,3

Итого за Завтрак 2				
Обед				

1 016	Суп-пюре овощной				180	2,57	5	12,54	103,1
943	Гренки из пшеничного хлеба				10	1,3		7,81	40
827	Биточек мясной рубленый				70	5,44	7	11,19	170,4
1 126	Соус томатный				10	0,06	1	0,58	5,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом				130	5,5	4	32,82	189,3
390	Компот из свежих плодов				180	0,03		4,3	17,8
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	18,43	18	84,97	620,6
Полдник									
1 190,03	Ватрушка с творогом				50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое				200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник					250	10,55	11	24,81	244,7
Итого за день					1 365	40,03	40	166,7	1 320,7

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирковичева



07.05.2016 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г		Белки г		Жиры г		Углеводы г		ЭЦ ккал
		г	г	г	г	г	г			

<i>Завтрак</i>										
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35					171
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13					66,1
693	Багон	30	1,5	1	12,5					78,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4					78,2
Итого за Завтрак		400	7,97	15	51,38					394,5

928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18					50,9
Итого за Завтрак 2		100	0,17		12,18					50,9

<i>Обед</i>										
811	Горошек зеленый консервированный	50	1,55		3,25					20
1 058	Суп Крестьянский с крутой, сметаной	180	1,83	5	12,44					98,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04					11,8
1 071	Рагу из пшны	200	17,83	9	19,3					245,1
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5					22,1
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		650	26,02	16	54,26					491,8

<i>Полдник</i>										
961	Омлет с капустой	70	5,33	6	11,74					125
1 188	Чай с сахаром	180			14,4					57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85					25,9
Итого за Полдник		260	6,18	6	30,99					208,4
Итого за день		1 410	40,34	37	148,81					1 145,6

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирковичева



06.05.2016 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г		Белки г		Жиры г		Углеводы г		ЭЦ ккал
		г	г	г	г	г	г			

<i>Завтрак</i>										
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44					186,5
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3						36,3
693	Багон	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	12,07	13	52					381,1

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

<i>Обед</i>										
813	Икра кабачковая пром. производства	50	0,6	7	3,7					48,5
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
444,01	Плов со свиной	200	14,47	17	39,18					350,8
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	15	1,28		7,28					38,9
Итого за Обед		655	21,56	31	92,53					693,6

<i>Полдник</i>										
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63					161,1
1 142	Повидло	10	200		32 500					125 000
1 188	Чай с сахаром	180			14,4					57,5
Итого за Полдник		250	210,82	7	32 528,0					125 218,6
Итого за день		1 405	244,45	51	32 683,7					126 362,3

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Азбука питания"

И.А. Цирковичев

08.05.2028 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г				ЭЦ, ккал
		Белки	Жиры	Углево-	Друг.	
Завтрак						
848	Каша (пшено, рис) жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,51	243,3
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
693	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2
686	Чай с лимоном	180	0,05		15,65	53,9
Итого за Завтрак		400	10,69	11	64,66	411,7
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
Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 107	Бычок рыбный	70	9,28	7	11,12	140,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	286,7
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75	7,9
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	106,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед		615	24,52	19	101,65	716,9
Полдник						
1 297	Запеканка из творога с рисом	70	7,81	7	11,33	137
1 142	Повидло	10	200		32 500	125 000
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		260	213,03	13	52,25	125 245
Итого за день		1 375	248,29	43	227,90	126 423,2