

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука Питания"



(старник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
850	Каша овсяная Геркулес 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	89,1
	Итого за Завтрак	400	10,34	19	50,6	423,7

Завтрак 2						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	59,3
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81	59,3

Обед						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
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	22,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	23,9
	Итого за Обед	600	24,38	13	53,66	446,1

Полдник						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидно	10	200		32,300	125 000
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
	Итого за Полдник	250	212,05	8	32 528,0	125 240,3
	Итого за день	1 350	247,21	40	32 646,1	126 089,4

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука Питания"



(старник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
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	71,7
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	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	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	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	5	12,32	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
	Итого за Обед	600	17,57	18	94,2	651,6

Полдник						
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ ккал
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	211,44	1 450,5

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Широженкова

28.05.2018 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г			Белки			Жиры			Углево-			ЭЦ	ккал
		г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г			
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								59,3		
	Итого за Завтрак 2	100	0,34		13,81								59,3		

Обед														
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26								93	
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	1	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	18	107,63								720,8	

Полдник														
892	Омлет с картофелем	70	0,72	1	1,02								16,4	
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	1,57	1	20,27								99,8	
	Итого за день	1 375	43,88	35	181,53								1 285,7	

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Широженкова

27.05.2018 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г			Белки			Жиры			Углево-			ЭЦ	ккал
		г	г	г	г	г	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	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	45,45	46	196,09								1 451,5	

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "АЗБУКА ПИТАНИЯ"

Е. А. Цирюченко

29.05.2020 (подпись)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептура	Наименование блюда	Выход г		Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	ЭЦ (ккал)
		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
	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							
813	Икра кабачковая пром.производства	50		0,6	7	3,7	48,5
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	180		2,93	5	13,38	112,1
1 107	Баточек 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	3	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		19,9	24	99,08	690,3
Полдник							
1 182	Манник	50		3,2	4	30,16	167,9
920	Молоко кипяченое	200		5,8	6	9,4	120
	Итого за Полдник	250		9	10	39,56	287,9
	Итого за день	1 410		39,5	45	204,18	1 427,3