

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Абушка Питания"
 ООО "Цирконное"
 (вторник)

02.06.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / 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

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	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

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	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

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	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 "Абушка Питания"
 ООО "Цирконное"
 (вторник)

02.06.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 23 / 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

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	Завтрак 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								
1 016	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

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
	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:

Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирковцова

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирковцова

04.06.2026 (четверг)

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						
1 111	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	Багет	30	1,5	1	12,5	78,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
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

Обед						
836	Отурицы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
1 058	Суп Крестьянский с крупой, 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 птицы	200	17,93	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	24,87	16	52,41	479,3

Полдник						
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	39,19	37	146,96	1 133,1

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

Обед						
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

Полдник						
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Полдник		250	11,02	7	31,28	231,1
Итого за день		1 405	44,65	51	187,01	1 374,8

