

Согласовано:

Утверждает: директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Циркованова

16.06.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
235.05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,06	8	28,52	176,1
1 289.01	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
	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	Мягник	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:

Утверждает: директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Циркованова

15.06.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак				ЭЦ ккал
		Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ды г	
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
	Обед					
1 016	Суп-пюре овошной	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	Вагрушка 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. Цирюхинова  
 18.06.2026 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	

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	Багтон	30	1,5	1	12,5	78,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,05	80,1
	Итого за Завтрак	400	12,07	13	52	381,1

707	Сок натуральный	100				68
	Итого за Завтрак 2	100				68

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед			ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	

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	330,8
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

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник			ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	

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

Согласовано:

Утверждаю директор  
 ООО "Азбука Питания"  
 Е. А. Цирюхинова  
 18.06.2026 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Завтрак			ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	

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	Багтон	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

№ рецептуры	Наименование блюда	Обед			ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	

836	Огурцы 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

№ рецептуры	Наименование блюда	Полдник			ЭЦ кеша
		Выход г	Белки г	Жиры г	

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	1 131,1

Согласовано:

Утверждено директором

ООО "Абулка Питания"



Е.А. Циркова (директор)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

№ пункты	Наименование блюда	Выход		Жиры		Углевод.		ЭЦ, ккал
		г	мл	г	г	г	г	
<b>Завтрак</b>								
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		13,65		53,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>10,69</b>	<b>10,69</b>	<b>11</b>	<b>64,66</b>		<b>411,7</b>
<b>Завтрак 2</b>								
912	Компот из свежих яблок	100		0,05		11,94		49,6
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>		<b>11,94</b>		<b>49,6</b>
<b>Обед</b>								
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	Биточек рыбный	70		9,28	7	11,12		140,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	130		8,08	5	42,14		246,7
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>615</b>	<b>24,52</b>	<b>24,52</b>	<b>19</b>	<b>103,65</b>		<b>716,9</b>
<b>Полдник</b>								
1 297	Запеканка из творога с рисом	70		7,81	7	11,33		137
1 142	Повидло	10		0,2		3,25		12,5
920	Молоко кипяченое	180		5,22	6	8,46		108
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>260</b>	<b>13,23</b>	<b>13,23</b>	<b>13</b>	<b>23,04</b>		<b>257,5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 375</b>	<b>48,49</b>	<b>48,49</b>	<b>43</b>	<b>203,29</b>		<b>1 435,7</b>