

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Циррикова

23.06.2023 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда				Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ ккал
	Завтрак								
850	Каша овсяная Г еркулес 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	Багон				30	1,5	1	12,5	78,2
919	Какао с молоком				180	4,41	5	18,07	171
	Итого за Завтрак				400	12,05	21	56,61	514,6
	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								
1 050	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	6,04	11,8
1 105	Туляш 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	25,9
	Итого за Обед				600	24,48	13	53,66	446,1
	Полдник								
1 066	Сырники				60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло				10	0,2		3,25	12,5
854	Чай с молоком				180	1,23	1	14,4	79,2
	Итого за Полдник				250	12,23	8	31,28	252,8
	Итого за день				1 350	49,12	42	155,36	1 272,8

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука Питания"

Е.А. Циррикова

23.06.2023 (вторник)

**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
1 148	Хлеб ржаной				30	2,55	1	14,55	77,7
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								
928	Компот из смеси сухофруктов				100	0,17		12,18	50,9
	Итого за Завтрак 2				100	0,17		12,18	50,9
	Обед								
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной				180	1,94	5	12,82	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								
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	39,98	43	211,44	1 450,5

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука Питания"



Е.А. Широкова  
25.06.2025 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<u>Завтрак</u>						
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>12,75</b>	<b>16</b>	<b>39,82</b>	<b>402,8</b>
<u>Завтрак 2</u>						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	59,3
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>		<b>13,81</b>	<b>59,3</b>
<u>Обед</u>						
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>615</b>	<b>29,22</b>	<b>18</b>	<b>107,63</b>	<b>720,8</b>
<u>Полдник</u>						
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>260</b>	<b>1,57</b>	<b>1</b>	<b>20,27</b>	<b>99,8</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 375</b>	<b>43,88</b>	<b>35</b>	<b>181,53</b>	<b>1 292,7</b>

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука Питания"



Е.А. Широкова  
24.06.2025 (среда)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<u>Завтрак</u>						
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>10,66</b>	<b>11</b>	<b>50,98</b>	<b>366,7</b>
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>		<b>9,8</b>	<b>73,3</b>
<u>Обед</u>						
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>600</b>	<b>22,75</b>	<b>20</b>	<b>91,55</b>	<b>647</b>
<u>Полдник</u>						
861	Ватрушка со сметаной	50	5,84	9	34,36	224,5
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>11,64</b>	<b>15</b>	<b>43,76</b>	<b>344,5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 350</b>	<b>45,45</b>	<b>46</b>	<b>196,09</b>	<b>1 431,5</b>

Согласовано:

Утверждено: директор

ООО "Азбука питания"



Итого за обед

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ kcal
<b>Завтрак</b>						
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	Багет	30	1,5	1	12,5	78,2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>10,6</b>	<b>11</b>	<b>54,34</b>	<b>380,2</b>
<b>Завтрак 2</b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>
<b>Обед</b>						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4		1,4	7,5
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	180	2,95	5	13,98	112,1
1 107	Биточек 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	23,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>660</b>	<b>19,7</b>	<b>17</b>	<b>96,78</b>	<b>649,2</b>
<b>Полдник</b>						
1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>39,56</b>	<b>287,9</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 410</b>	<b>39,3</b>	<b>38</b>	<b>201,88</b>	<b>1 386,3</b>