

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"
Е.А. Широконогова (старший)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

| № инвентурной | Наименование блюда | | | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭЦ ккал |
|---------------|--|--|--|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | Завтрак | | | | | | | | |
| 850 | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | | | | 160 | 5,38 | 7 | 23,03 | 177,1 |
| 1 259,01 | Масло сливочное (порциями) | | | | 10 | 0,08 | 7 | 0,13 | 66,1 |
| 693 | Батон | | | | 30 | 1,5 | 1 | 12,5 | 78,2 |
| 919 | Какао с молоком | | | | 150 | 3,68 | 4 | 15,06 | 142,5 |
| | Итого за Завтрак | | | | 350 | 10,64 | 19 | 50,72 | 463,9 |
| 705 | Напиток из плодов шиповника | | | | 100 | 0,34 | | 13,81 | 59,3 |
| | Итого за Завтрак 2 | | | | 100 | 0,34 | | 13,81 | 59,3 |

| № инвентурной | Наименование блюда | | | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭЦ ккал |
|---------------|--|--|--|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | Обед | | | | | | | | |
| 1 050 | Суп картофельный с макаронными изделиями | | | | 150 | 1,48 | 2 | 10,53 | 63,7 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | | | | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 105 | Гуляш из курицы | | | | 50 | 10,84 | 3 | 1,9 | 81,3 |
| 995 | Пюре картофельное | | | | 110 | 2,39 | 4 | 16,16 | 107,8 |
| 699 | Напиток лимонный | | | | 150 | 0,02 | | 2,91 | 18,5 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | | | | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | | | | 10 | 0,85 | | 4,85 | 23,9 |
| | Итого за Обед | | | | 495 | 18,87 | 11 | 45,09 | 363,8 |

| № инвентурной | Наименование блюда | | | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭЦ ккал |
|---------------|--------------------|--|--|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | Полдник | | | | | | | | |
| 1 066 | Сырники | | | | 60 | 10,82 | 7 | 13,63 | 161,1 |
| 1 142 | Повидло | | | | 10 | 0,2 | | 3,75 | 12,5 |
| 854 | Чай с молоком | | | | 150 | 1,02 | 1 | 12 | 66 |
| | Итого за Полдник | | | | 220 | 12,04 | 8 | 28,88 | 239,6 |
| | Итого за день | | | | 1 165 | 41,89 | 38 | 138,5 | 1 126,6 |

Согласовано:

Утверждает директор

ООО "Азбука Питания"
Е.А. Широконогова

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руо

| № инвентурной | Наименование блюда | | | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭЦ ккал |
|---------------|--|--|--|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | Завтрак | | | | | | | | |
| 1 111 | Каша ячменная молочная жидкая с маслом сливочным | | | | 160 | 4,59 | 5 | 21,64 | 152 |
| 97 | Сыр (порциями) | | | | 10 | 2,69 | 3 | | 36,3 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | | | | 30 | 2,55 | 1 | 14,55 | 71,7 |
| 854 | Чай с молоком | | | | 150 | 1,02 | 1 | 12 | 66 |
| | Итого за Завтрак | | | | 350 | 10,85 | 10 | 48,19 | 332 |

| № инвентурной | Наименование блюда | | | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭЦ ккал |
|---------------|-----------------------------|--|--|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | 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 |

| № инвентурной | Наименование блюда | | | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭЦ ккал |
|---------------|--------------------------------------|--|--|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | Обед | | | | | | | | |
| 1 030 | Рассольник ленинградский со сметаной | | | | 150 | 1,62 | 4 | 10,68 | 83,5 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | | | | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 827 | Биточек мясной рубленый | | | | 50 | 3,89 | 5 | 7,99 | 121,7 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | | | | 110 | 4,65 | 3 | 27,77 | 160,2 |
| 1 797 | Кисель из сухофруктов | | | | 150 | 0,21 | | 27,96 | 113,7 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | | | | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | | | | 10 | 0,85 | | 4,85 | 23,9 |
| | Итого за Обед | | | | 495 | 14,51 | 14 | 87,99 | 571,6 |

| № инвентурной | Наименование блюда | | | | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды Г | ЭЦ ккал |
|---------------|--------------------|--|--|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| | Полдник | | | | | | | | |
| 769,12 | Булочка домашняя | | | | 70 | 5,29 | 8 | 43,3 | 275,8 |
| 920 | Молоко кипяченое | | | | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 |
| | Итого за Полдник | | | | 220 | 9,64 | 13 | 50,35 | 365,8 |
| | Итого за день | | | | 1 165 | 35,17 | 37 | 198,71 | 1 320,3 |

Согласовано:

утверждено директором

ООО "Абука Питания"

Е.А. Циркованова

утверждено директором

ООО "Абука Питания"

Е.А. Циркованова

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб (четверг)

Завтрак

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|-------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 284 | Суп молочный с вермишелью | 160 | 7,53 | 5 | 13,45 | 158,6 |
| 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 | 150 | 2,25 | 2 | 10,08 | 66,8 |
| | Итого за Завтрак | 350 | 11,36 | 15 | 36,13 | 369,7 |
| 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 | 150 | 4,63 | 2 | 13,55 | 77,5 |
| 943 | Гренки из пшеничного хлеба | 5 | 0,65 | | 3,9 | 20 |
| 907 | Тефтели мясные с луком | 50 | 7,56 | 6 | 3,25 | 119,6 |
| 1 126 | Соус томатный | 10 | 0,06 | 1 | 0,58 | 5,6 |
| 998 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 6,84 | 4 | 35,66 | 208,7 |
| 933 | Компот из яблок и изюма | 150 | 0,1 | | 14,8 | 61,4 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | 25,9 |
| | Итого за Обед | 505 | 22,83 | 14 | 87,29 | 573,5 |
| | Полдник | | | | | |
| 892 | Омлет с картофелем | 60 | 0,62 | 1 | 0,87 | 14,1 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 12 | 47,9 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | 25,9 |
| | Итого за Полдник | 220 | 1,47 | 1 | 17,72 | 87,9 |
| | Итого за день | 1 175 | 36 | 30 | 154,95 | 1 090,4 |

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

Завтрак

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|---|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 883 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 5,75 | 6 | 25,43 | 194,1 |
| 1 188 | Чай с сахаром | 150 | | | 12 | 47,9 |
| 97 | Сыр (порциями) | 10 | 2,69 | 3 | | 36,3 |
| 693 | Батон | 30 | 1,5 | 1 | 12,5 | 78,2 |
| | Итого за Завтрак | 350 | 9,94 | 10 | 49,93 | 356,5 |
| | 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 | 150 | 1,14 | 4 | 8,21 | 74,7 |
| 1 052 | Мясо кур отварное (для первых блюд) | 5 | 1,15 | 1 | 0,04 | 11,8 |
| 1 054,01 | Котлета Детская из мяса птицы | 50 | 7,78 | 6 | 7,99 | 121,7 |
| 516 | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 4,65 | 3 | 27,77 | 160,2 |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,26 | | 18,27 | 76,3 |
| 897,01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,85 | 25,9 |
| | Итого за Обед | 495 | 17,97 | 15 | 75,83 | 525,4 |
| | Полдник | | | | | |
| 861 | Вагрушка со сметаной | 50 | 5,84 | 9 | 34,36 | 224,5 |
| 920 | Молоко кипяченое | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | 90 |
| | Итого за Полдник | 200 | 10,19 | 14 | 41,41 | 314,5 |
| | Итого за день | 1 145 | 38,5 | 39 | 176,97 | 1 269,7 |

Согласовано:

утвержден директор

ООО "Азбука питания"
Е.А. Цирковцова



26.06.2023 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | | Бюджет | | Углеродные | | ЭЦ | кварт |
|------------------|--|--------------|--------------|-----------|---------------|------------|------|----------------|-------|
| | | г | г | г | г | дл.г | дл.г | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 852 | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 160 | 4,6 | 5 | 24,39 | | | 165,8 | |
| 854 | Чай с молоком | 150 | 1,02 | 1 | 12 | | | 66 | |
| 97 | Сыр (порциями) | 10 | 2,69 | 3 | | | | 36,3 | |
| 693 | Батон | 30 | 1,5 | 1 | 12,5 | | | 78,2 | |
| | Итого за Завтрак | 350 | 9,81 | 10 | 48,89 | | | 346,3 | |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| 707 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | | | 69 | |
| | Итого за Завтрак 2 | 100 | | | 11,2 | | | 69 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 836 | Огурцы свежие порционно | 30 | 0,24 | | 0,84 | | | 4,5 | |
| 1 018 | Суп с крутой пшенной "Волна" со | 150 | 2,46 | 4 | 11,15 | | | 93,4 | |
| 1 107 | Биточек рыбный | 50 | 6,63 | 5 | 7,95 | | | 100,6 | |
| 901 | Соус красный основной | 10 | 0,07 | 1 | 0,75 | | | 7,9 | |
| 512 | Рис припущенный | 110 | 2,64 | 3 | 27,17 | | | 167,6 | |
| 928 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,26 | | 18,27 | | | 76,3 | |
| 897.01 | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 20 | 2,14 | 1 | 8,7 | | | 54,8 | |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 10 | 0,85 | | 4,83 | | | 25,9 | |
| | Итого за Обед | 530 | 15,29 | 14 | 79,68 | | | 525 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| 1 182 | Манник | 50 | 3,2 | 4 | 30,16 | | | 167,9 | |
| 920 | Молоко кипяченое | 150 | 4,35 | 5 | 7,05 | | | 90 | |
| | Итого за Полдник | 200 | 7,55 | 9 | 37,21 | | | 257,9 | |
| | Итого за день | 1 180 | 32,65 | 33 | 176,98 | | | 1 198,2 | |