

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

18.04.2025 (пн, понедельник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г    | Белки г     | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|---------------------------------------------------|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |            |             |           |              |              |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 200        | 6,01        | 7         | 25,23        | 200,2        |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                       | 25         | 2,12        | 1         | 12,12        | 67,2         |
| 1 259,02                | Масло сливочное (порциями) (блок)                 | 10         | 0,08        | 7         | 0,13         | 66,1         |
| 828                     | Чай с сахаром @                                   | 180        |             |           | 9,87         | 53,9         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>415</b> | <b>8,21</b> | <b>15</b> | <b>47,35</b> | <b>387,4</b> |

**Завтрак 2**

|                           |                 |            |  |  |             |             |
|---------------------------|-----------------|------------|--|--|-------------|-------------|
| 707                       | Сок натуральный | 100        |  |  | 11,2        | 47,5        |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                 | <b>100</b> |  |  | <b>11,2</b> | <b>47,5</b> |

**Обед**

|                      |                                      |            |              |           |              |              |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 016                | Суп-пюре овощной                     | 200        | 2,02         | 4         | 12,62        | 118          |
| 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                        | 20         | 0,12         | 1         | 1,16         | 11,1         |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 140        | 6,04         | 3         | 36,13        | 198,6        |
| 705                  | Напиток из плодов шиповника          | 180        | 0,61         |           | 23,07        | 108,6        |
| 897                  | Хлеб пшеничный                       | 25         | 2,67         | 1         | 13,37        | 71           |
| 1 148                | Хлеб ржаной                          | 10         | 0,85         |           | 4,85         | 26,9         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>655</b> | <b>19,05</b> | <b>16</b> | <b>110,2</b> | <b>744,6</b> |

**Полдник**

|                         |                     |              |              |           |               |                |
|-------------------------|---------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 190                   | Ватрушка с творогом | 50           | 4,75         | 5         | 15,41         | 124,7          |
| 920                     | Молоко кипяченое    | 200          | 5,8          | 6         | 9,4           | 120            |
| <b>Итого за Полдник</b> |                     | <b>250</b>   | <b>10,55</b> | <b>11</b> | <b>24,81</b>  | <b>244,7</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                     | <b>1 420</b> | <b>37,81</b> | <b>42</b> | <b>193,56</b> | <b>1 424,2</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

18.04.2025 (пн, понедельник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                                | Выход г    | Белки г     | Жиры г    | Углеводы г   | ЭЦ ккал      |
|-------------------------|---------------------------------------------------|------------|-------------|-----------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |            |             |           |              |              |
| 1 013                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 170        | 5,11        | 6         | 21,44        | 170,2        |
| 1 148                   | Хлеб ржаной                                       | 25         | 2,12        | 1         | 12,12        | 67,2         |
| 1 259,02                | Масло сливочное (порциями) (блок)                 | 10         | 0,08        | 7         | 0,13         | 66,1         |
| 828                     | Чай с сахаром @                                   | 150        |             |           | 8,23         | 44,9         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>355</b> | <b>7,31</b> | <b>14</b> | <b>41,92</b> | <b>348,4</b> |

**Завтрак 2**

|                           |                 |            |  |  |             |             |
|---------------------------|-----------------|------------|--|--|-------------|-------------|
| 707                       | Сок натуральный | 100        |  |  | 11,2        | 47,5        |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                 | <b>100</b> |  |  | <b>11,2</b> | <b>47,5</b> |

**Обед**

|                      |                                      |            |              |           |              |              |
|----------------------|--------------------------------------|------------|--------------|-----------|--------------|--------------|
| 1 016                | Суп-пюре овощной                     | 150        | 1,52         | 3         | 9,47         | 88,5         |
| 943                  | Гренки из пшеничного хлеба           | 5          | 0,65         |           | 3,9          | 20           |
| 827                  | Биточек мясной рубленый              | 50         | 3,89         | 5         | 7,99         | 121,7        |
| 1 126                | Соус томатный                        | 20         | 0,12         | 1         | 1,16         | 11,1         |
| 516                  | Макаронные изделия отварные с маслом | 110        | 4,75         | 2         | 28,39        | 156          |
| 705                  | Напиток из плодов шиповника          | 150        | 0,51         |           | 19,22        | 90,5         |
| 897                  | Хлеб пшеничный                       | 20         | 2,14         | 1         | 10,7         | 56,8         |
| 1 148                | Хлеб ржаной                          | 10         | 0,85         |           | 4,85         | 26,9         |
| <b>Итого за Обед</b> |                                      | <b>515</b> | <b>14,43</b> | <b>12</b> | <b>85,68</b> | <b>571,5</b> |

**Полдник**

|                         |                     |              |              |           |               |                |
|-------------------------|---------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| 1 190                   | Ватрушка с творогом | 50           | 4,75         | 5         | 15,41         | 124,7          |
| 920                     | Молоко кипяченое    | 150          | 4,35         | 5         | 7,05          | 90             |
| <b>Итого за Полдник</b> |                     | <b>200</b>   | <b>9,1</b>   | <b>10</b> | <b>22,46</b>  | <b>214,7</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                     | <b>1 170</b> | <b>30,84</b> | <b>36</b> | <b>161,26</b> | <b>1 182,1</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

15.04.2023 (вторник)

**Краснофимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                 |         |         |        |            |         |
| 235,05                    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 8,19    | 9      | 28,52      | 185,1   |
| 808,07                    | Бутерброд с маслом сливочным (1)                | 30      | 1,88    | 6      | 12,41      | 113,3   |
| 828                       | Чай с сахаром @                                 | 200     |         |        | 10,97      | 59,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | 410     | 10,07   | 15     | 51,9       | 358,3   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |         |         |        |            |         |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                     | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                 | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| <b>Обед</b>               |                                                 |         |         |        |            |         |
| 836                       | Огурцы свежие порционно                         | 30      | 0,24    |        | 3          | 16,5    |
| 1 113                     | Суп картофельный с клецками                     | 180     | 1,92    | 2      | 14,94      | 87,4    |
| 1 114                     | Клецки @                                        | 30      | 1,42    | 1      | 6,34       | 43      |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 437,06                    | Гуляш из мяса свинины @                         | 70      | 7,84    | 20     | 2,7        | 168,1   |
| 1 032                     | Каша гречневая вязкая.                          | 120     | 3,23    | 3      | 20,4       | 136,8   |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 180     | 0,32    |        | 21,92      | 91,5    |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                  | 25      | 2,67    | 1      | 13,37      | 71      |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 26,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | 650     | 19,64   | 28     | 87,56      | 653     |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |         |         |        |            |         |
| 1 182                     | Манник                                          | 50      | 3,19    | 4      | 30,14      | 169,5   |
| 686                       | Чай с лимоном @                                 | 200     | 0,06    |        | 15,16      | 59,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | 250     | 3,25    | 4      | 45,3       | 229,4   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | 1 410   | 33,3    | 47     | 197,57     | 1 301   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

15.04.2023 (вторник)

**Краснофимск Яс 1-3 г 202 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|-------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                 |         |         |        |            |         |
| 235,05                    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 160     | 7,28    | 8      | 25,35      | 164,5   |
| 808,07                    | Бутерброд с маслом сливочным (1)                | 25      | 1,56    | 5      | 10,34      | 94,4    |
| 828                       | Чай с сахаром @                                 | 180     |         |        | 9,87       | 53,9    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | 365     | 8,84    | 13     | 45,56      | 312,8   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |         |         |        |            |         |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                     | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                 | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| <b>Обед</b>               |                                                 |         |         |        |            |         |
| 836                       | Огурцы свежие порционно                         | 30      | 0,24    |        | 3          | 16,5    |
| 1 113                     | Суп картофельный с клецками                     | 150     | 1,6     | 2      | 12,45      | 72,9    |
| 1 114                     | Клецки @                                        | 30      | 1,42    | 1      | 6,34       | 43      |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)             | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 437,06                    | Гуляш из мяса свинины @                         | 70      | 7,84    | 20     | 2,7        | 168,1   |
| 1 032                     | Каша гречневая вязкая.                          | 110     | 2,96    | 3      | 18,7       | 125,4   |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                     | 150     | 0,26    |        | 18,27      | 76,3    |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                  | 20      | 2,14    | 1      | 10,7       | 56,8    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 26,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | 575     | 18,46   | 28     | 77,05      | 597,7   |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |         |         |        |            |         |
| 1 182                     | Манник                                          | 50      | 3,19    | 4      | 30,14      | 169,5   |
| 686                       | Чай с лимоном @                                 | 150     | 0,04    |        | 11,37      | 44,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | 200     | 3,23    | 4      | 41,51      | 214,4   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | 1 240   | 30,87   | 45     | 176,93     | 1 185,2 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

16.04.2025 (среда)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

| № рецептуры        | Наименование блюда                             | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|--------------------|------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                |         |         |        |            |         |
| 852                | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 180     | 6,73    | 7      | 24,4       | 169,1   |
| 810                | Бутерброд с сыром                              | 30      | 4,19    | 3      | 10,29      | 88,7    |
| 854                | Чай с молоком                                  | 200     | 1,36    | 1      | 16         | 88,1    |
| Итого за Завтрак   |                                                | 410     | 12,28   | 11     | 50,69      | 345,9   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                |         |         |        |            |         |
| 976                | Яблоки свежие                                  | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| Итого за Завтрак 2 |                                                | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| <b>Обед</b>        |                                                |         |         |        |            |         |
| 1 021              | Борщ с капустой, картофелем и сметаной         | 200     | 3,03    | 6      | 13,87      | 118     |
| 1 052              | Мясо кур отварное (для первых блюд)            | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 018              | Плов со свиной                                 | 150     | 9,57    | 18     | 35,19      | 352,3   |
| 1 318              | Кисель витаминизированный                      | 200     | 0,05    |        | 38         | 92,5    |
| 897                | Хлеб пшеничный                                 | 25      | 2,67    | 1      | 13,37      | 71      |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                    | 25      | 2,12    | 1      | 12,12      | 67,2    |
| Итого за Обед      |                                                | 605     | 18,59   | 27     | 112,59     | 712,8   |
| <b>Полдник</b>     |                                                |         |         |        |            |         |
| 1 066              | Сырники                                        | 50      | 10,38   | 7      | 13,54      | 160,6   |
| 1 142              | Повидло                                        | 10      | 0,01    |        | 1,64       | 6,8     |
| 828                | Чай с сахаром @                                | 180     |         |        | 9,87       | 53,9    |
| 897                | Хлеб пшеничный                                 | 10      | 1,07    |        | 5,35       | 28,4    |
| Итого за Полдник   |                                                | 250     | 11,46   | 7      | 30,4       | 249,7   |
| Итого за день      |                                                | 1 365   | 42,73   | 45     | 203,48     | 1 381,7 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

16.04.2025 (среда)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

| № рецептуры        | Наименование блюда                             | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|--------------------|------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                |         |         |        |            |         |
| 852                | Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным | 160     | 5,98    | 6      | 21,69      | 150,3   |
| 810                | Бутерброд с сыром                              | 25      | 3,49    | 3      | 8,57       | 73,9    |
| 854                | Чай с молоком                                  | 180     | 1,23    | 1      | 14,4       | 79,2    |
| Итого за Завтрак   |                                                | 365     | 10,7    | 10     | 44,66      | 303,4   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                |         |         |        |            |         |
| 976                | Яблоки свежие                                  | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| Итого за Завтрак 2 |                                                | 100     | 0,4     |        | 9,8        | 73,3    |
| <b>Обед</b>        |                                                |         |         |        |            |         |
| 1 021              | Борщ с капустой, картофелем и сметаной         | 150     | 2,27    | 4      | 10,41      | 88,5    |
| 1 052              | Мясо кур отварное (для первых блюд)            | 5       | 1,15    | 1      | 0,04       | 11,8    |
| 1 018              | Плов со свиной                                 | 130     | 8,29    | 15     | 30,5       | 305,3   |
| 1 318              | Кисель витаминизированный                      | 150     | 0,04    |        | 28,5       | 69,4    |
| 897                | Хлеб пшеничный                                 | 20      | 2,14    | 1      | 10,7       | 56,8    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                    | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 26,9    |
| Итого за Обед      |                                                | 465     | 14,74   | 21     | 85         | 558,7   |
| <b>Полдник</b>     |                                                |         |         |        |            |         |
| 1 066              | Сырники                                        | 50      | 10,38   | 7      | 13,54      | 160,6   |
| 1 142              | Повидло                                        | 10      | 0,01    |        | 1,64       | 6,8     |
| 1 188              | Чай с сахаром                                  | 150     |         |        | 12         | 47,9    |
| 897                | Хлеб пшеничный                                 | 10      | 1,07    |        | 5,35       | 28,4    |
| Итого за Полдник   |                                                | 220     | 11,46   | 7      | 32,53      | 243,7   |
| Итого за день      |                                                | 1 150   | 37,3    | 38     | 171,99     | 1 179,1 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

17.04.2023 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

| № рецептуры        | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|--------------------|-------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                 |         |         |        |            |         |
| 1 111              | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 4,98    | 8      | 23,58      | 216     |
| 808,07             | Бутерброд с маслом сливочным (1)                | 35      | 2,19    | 7      | 14,48      | 132,2   |
| 919                | Какао с молоком                                 | 180     | 7,08    | 6      | 18,07      | 171     |
| Итого за Завтрак   |                                                 | 395     | 14,25   | 21     | 56,13      | 519,2   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                 |         |         |        |            |         |
| 705                | Напиток из плодов шиповника                     | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| Итого за Завтрак 2 |                                                 | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| <b>Обед</b>        |                                                 |         |         |        |            |         |
| 812                | Кукуруза консервированная                       | 30      | 0,62    | 2      | 3,72       | 34,8    |
| 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    |
| 1 021              | Рагу из мяса птицы @                            | 170     | 19,68   | 18     | 19,79      | 279,2   |
| 912                | Компот из свежих яблок                          | 180     | 0,14    |        | 21,49      | 89,2    |
| 897                | Хлеб пшеничный                                  | 25      | 2,67    | 1      | 13,37      | 71      |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 26,9    |
| Итого за Обед      |                                                 | 600     | 26,88   | 24     | 75,9       | 589,4   |
| <b>Полдник</b>     |                                                 |         |         |        |            |         |
| 961                | Омлет с капустой                                | 50      | 3,81    | 4      | 8,38       | 89,3    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 26,9    |
| 920                | Молоко кипяченое                                | 200     | 5,8     | 6      | 9,4        | 120     |
| Итого за Полдник   |                                                 | 260     | 10,46   | 10     | 22,63      | 236,2   |
| Итого за день      |                                                 | 1 355   | 51,93   | 55     | 167,47     | 1 405,1 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

17.04.2023 (четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

| № рецептуры        | Наименование блюда                              | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|--------------------|-------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                 |         |         |        |            |         |
| 1 111              | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 170     | 4,7     | 7      | 22,27      | 204     |
| 808,07             | Бутерброд с маслом сливочным (1)                | 30      | 1,88    | 6      | 12,41      | 113,3   |
| 919                | Какао с молоком                                 | 150     | 5,9     | 5      | 15,06      | 142,5   |
| Итого за Завтрак   |                                                 | 350     | 12,48   | 18     | 49,74      | 459,8   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                 |         |         |        |            |         |
| 705                | Напиток из плодов шиповника                     | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| Итого за Завтрак 2 |                                                 | 100     | 0,34    |        | 12,81      | 60,3    |
| <b>Обед</b>        |                                                 |         |         |        |            |         |
| 812                | Кукуруза консервированная                       | 30      | 0,62    | 2      | 3,72       | 34,8    |
| 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    |
| 1 021              | Рагу из мяса птицы @                            | 150     | 17,36   | 16     | 17,46      | 246,4   |
| 912                | Компот из свежих яблок                          | 150     | 0,12    |        | 17,91      | 74,3    |
| 897                | Хлеб пшеничный                                  | 20      | 2,14    | 1      | 10,7       | 56,8    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 26,9    |
| Итого за Обед      |                                                 | 515     | 23,72   | 22     | 65,21      | 514,7   |
| <b>Полдник</b>     |                                                 |         |         |        |            |         |
| 961                | Омлет с капустой                                | 50      | 3,81    | 4      | 8,38       | 89,3    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 26,9    |
| 920                | Молоко кипяченое                                | 150     | 4,35    | 5      | 7,05       | 90      |
| Итого за Полдник   |                                                 | 210     | 9,01    | 9      | 20,28      | 206,2   |
| Итого за день      |                                                 | 1 175   | 45,55   | 49     | 148,04     | 1 241   |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

18.04.2023 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                  | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                     |              |              |           |               |                |
| 848                       | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 180          | 8,27         | 9         | 38,63         | 243,9          |
| 810                       | Бутерброд с сыром                                   | 30           | 4,19         | 3         | 10,29         | 88,7           |
| 686                       | Чай с лимоном @                                     | 200          | 0,06         |           | 15,16         | 59,9           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                     | <b>410</b>   | <b>12,52</b> | <b>12</b> | <b>64,08</b>  | <b>392,5</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                     |              |              |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                     | 100          |              |           | 11,2          | 47,5           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                     | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>   | <b>47,5</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                     |              |              |           |               |                |
| 836                       | Огурцы свежие порционно                             | 30           | 0,24         |           | 3             | 16,5           |
| 124                       | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной       | 200          | 1,52         | 4         | 7,36          | 109,7          |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                 | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 699,05                  | Фигурки рыбные @                                    | 50           | 7,32         | 11        | 3,62          | 139,6          |
| 995                       | Пюре картофельное                                   | 130          | 2,87         | 7         | 23,55         | 182            |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                         | 180          | 0,32         |           | 21,92         | 91,5           |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                      | 25           | 2,67         | 1         | 13,37         | 71             |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                         | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 26,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                     | <b>630</b>   | <b>16,94</b> | <b>24</b> | <b>77,71</b>  | <b>649</b>     |
| <b>Полдник</b>            |                                                     |              |              |           |               |                |
| 823                       | Каша гречневая молочная с маслом сливочным          | 150          | 3,8          | 6         | 14,15         | 180            |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                      | 15           | 1,61         | 1         | 8,03          | 42,6           |
| 854                       | Чай с молоком                                       | 180          | 1,23         | 1         | 14,4          | 79,2           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                     | <b>345</b>   | <b>6,64</b>  | <b>8</b>  | <b>36,58</b>  | <b>301,8</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                     | <b>1 485</b> | <b>36,1</b>  | <b>44</b> | <b>189,57</b> | <b>1 390,8</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

18.04.2023 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                  | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углеводы г    | ЭЦ ккал        |
|---------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|--------------|-----------|---------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                     |              |              |           |               |                |
| 848                       | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 150          | 6,89         | 8         | 32,19         | 203,2          |
| 810                       | Бутерброд с сыром                                   | 25           | 3,49         | 3         | 8,57          | 73,9           |
| 686                       | Чай с лимоном @                                     | 180          | 0,05         |           | 13,65         | 53,9           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                     | <b>355</b>   | <b>10,43</b> | <b>11</b> | <b>54,41</b>  | <b>331</b>     |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                     |              |              |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                     | 100          |              |           | 11,2          | 47,5           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                     | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>   | <b>47,5</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                     |              |              |           |               |                |
| 836                       | Огурцы свежие порционно                             | 30           | 0,24         |           | 3             | 16,5           |
| 124                       | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной       | 150          | 1,14         | 3         | 5,52          | 82,3           |
| 1 052                     | Мясо кур отварное (для первых блюд)                 | 5            | 1,15         | 1         | 0,04          | 11,8           |
| 1 699,05                  | Фигурки рыбные @                                    | 50           | 7,32         | 11        | 3,62          | 139,6          |
| 995                       | Пюре картофельное                                   | 120          | 2,65         | 7         | 21,74         | 168            |
| 928                       | Компот из смеси сухофруктов                         | 150          | 0,26         |           | 18,27         | 76,3           |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                      | 20           | 2,14         | 1         | 10,7          | 56,8           |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                         | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 26,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                     | <b>535</b>   | <b>15,75</b> | <b>23</b> | <b>67,74</b>  | <b>578,2</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                     |              |              |           |               |                |
| 823                       | Каша гречневая молочная с маслом сливочным          | 100          | 2,53         | 4         | 9,44          | 120            |
| 897                       | Хлеб пшеничный                                      | 10           | 1,07         |           | 5,35          | 28,4           |
| 854                       | Чай с молоком                                       | 150          | 1,02         | 1         | 12            | 66             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                     | <b>260</b>   | <b>4,62</b>  | <b>5</b>  | <b>26,79</b>  | <b>214,4</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                     | <b>1 250</b> | <b>30,8</b>  | <b>39</b> | <b>160,14</b> | <b>1 171,1</b> |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279405

Владелец Мережникова Лариса Владимировна

Действителен с 27.03.2025 по 27.03.2026