

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирконова

06.10.2025 (пн, понедельник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ 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	179,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
97	Сыр (порциями)	10	2,69	3		36,3
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		410	10,91	11	50,05	355,9
Обед						
811	Горошек зеленый консервированный	40	1,24		2,6	16
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
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		670	17,82	21	92,23	653,7
Итого за день		1 080	28,73	32	142,28	1 009,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирконова

07.10.2025 (вторник)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	180	6,06	8	25,91	199,3
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	10,87	23	48,85	463,4
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
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
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 147	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		635	18,38	26	67,36	546,6
Итого за день		1 035	29,25	49	116,21	1 010

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цирконова

08.10.2025 (среда)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
1 188	Чай с сахаром	200			16	63,8
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
Итого за Завтрак		410	10,66	10	54,9	370,8
Обед						
812	Кукуруза консервированная	40	0,82	2	4,32	35,6
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
845,03	Каша гречневая вязкая	130	5,66	5	24,22	148
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		655	25,01	24	97,05	682,7
Итого за день		1 065	35,67	34	151,95	1 053,5

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

09.10.2023 (четверг)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
101	Суп молочный с крупой	200	4,92	6	17,08	144,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,11	12	10,88	184
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Завтрак		420	7,03	18	42,36	386

Обед						
836	Огурцы свежие порционно	60	0,48		1,68	9
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
907	Тефтели мясные с луком	70	10,58	17	7,35	167,4
1 126	Соус томатный	15	0,09		0,87	8,3
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	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		695	31,01	16	119,38	782,9
Итого за день		1 115	38,04	34	161,74	1 168,9

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

10.10.2023 (пятница)

Красноуфимск ДС 3-7 л 161 ГКП ЦРР/1

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44	186,5
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
Итого за Завтрак		400	17,84	17	59,22	475,8

Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
1 018	Суп с крупой пшеничной "Волна" со	180	2,95	5	13,38	112,1
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6
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	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
Итого за Обед		630	21,37	28	100,21	707,1
Итого за день		1 030	39,21	45	159,43	1 182,9

Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44	186,5
919	Какао с молоком	180	7,08	6	18,07	171
810	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3
Итого за Завтрак		400	17,84	17	59,22	475,8
Обед						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
1 018	Суп с крупой пшеничной "Волна" со	180	2,95	5	13,38	112,1
1 699,05	Фигурки рыбные @	50	7,32	11	3,62	139,6