

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

29.12.2025 (подпись)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
97	Сыр (порциями)	6	1,61	2		21,8
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
Итого за Завтрак		406	9,83	10	50,05	332,7

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
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		6,84	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		600	15,19	19	88,68	587

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		1 356	35,7	43	202,67	1 354,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

30.12.2023 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды 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	26	1,37	8	7,07	119,6
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
Итого за Завтрак		401	11,74	20	57,54	441,6

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34		13,81	64,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34		13,81	64,3

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	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы @	70	12,7	5	2,52	178,7
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	20,83	71
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85		4,85	25,9
Итого за Обед		600	22	13	63,47	508

Полдник

1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		270	1,29	1	19,09	104,2
Итого за день		1 371	35,37	34	153,91	1 118,1