

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Чироканова  
22.12.2023 (пнедельник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидккая с маслом сливочным	200	6,01	7	25,23	200,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	6	0,05	4	0,08	39,7
828	Чай с сахаром @_	180			9,87	53,9
<b>Итого за Завтрак</b>		411	8,19	12	47,31	358,6

**Завтрак 2**

976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак 2</b>		110	0,44		10,78	80,7

**Обед**

1 016	Суп-пюре овощной	180	2,57	5	12,54	103,1
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	4	1,16	11,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,92	4	35,34	203,9
390	Компот из свежих плодов	180	0,03		4,3	17,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		635	18,91	21	98,02	643,2

**Полдник**

1 190	Ватрушка с творогом, 100 гр.	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120
<b>Итого за Полдник</b>		250	10,55	11	24,81	244,7
<b>Итого за день</b>		1 406	38,09	44	180,92	1 327,2

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Чироканова  
22.12.2023 (пнедельник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 013	Каша пшеничная молочная жидккая с маслом сливочным	170	5,11	6	21,44	170,2
1 148	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	6	0,05	4	0,08	39,7
828	Чай с сахаром @_	150			8,23	44,9
<b>Итого за Завтрак</b>		351	7,29	11	41,88	319,6

**Завтрак 2**

976	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7
<b>Итого за Завтрак 2</b>		110	0,44		10,78	80,7

**Обед**

1 016	Суп-пюре овощной	150	2,14	4	10,45	86
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	10	0,06	2	0,58	5,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
390	Компот из свежих плодов	150	0,02		3,58	14,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		505	14,4	15	75,78	491,1

**Полдник**

1 190	Ватрушка с творогом, 100 гр.	50	4,75	5	15,41	124,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
<b>Итого за Полдник</b>		200	9,1	10	22,46	214,7
<b>Итого за день</b>		1 166	31,23	36	150,9	1 106,1

*(подпись)*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Чироканова  
23.12.2023 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

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

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидккая с маслом сливочным	180	5,06	5	28,52	176,1
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
828	Чай с сахаром @_	200			10,97	59,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	406	6,43	13	46,56	355,6

Завтрак 2

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

Обед

1 624,04	Морковь, тертая с сахаром	30	0,36	2	3,36	31,2
1 113	Суп картофельный с клецками	180	1,92	2	14,94	87,4
1 114	Клещки @_	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	7,82	20	2,53	165,4
995	Пюре картофельное	120	2,61	4	17,62	117,6
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	<b>Итого за Обед</b>	650	19,12	31	92,43	644,8

Полдник

1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
	<b>Итого за Полдник</b>	250	9	9	38,16	273,9
	<b>Итого за день</b>	1 406	34,89	53	190,96	1 338,6

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Чироканова  
23.12.2023 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

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

Завтрак

235,05	Каша рисовая молочная жидккая с маслом сливочным	150	4,22	4	23,76	146,7
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
828	Чай с сахаром @_	180			9,87	53,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	356	5,59	12	40,7	320,2

Завтрак 2

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

Обед

1 624,04	Морковь, тертая с сахаром	30	0,36	2	3,36	31,2
1 113	Суп картофельный с клецками	150	1,6	2	12,45	72,9
1 114	Клещки @_	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	7,82	20	2,53	165,4
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	<b>Итого за Обед</b>	575	17,99	31	80,66	591,1

Полдник

1 182	Манник	50	3,2	4	30,16	167,9
914	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
	<b>Итого за Полдник</b>	200	7,55	8	36,16	247,4
	<b>Итого за день</b>	1 231	31,47	51	171,33	1 223

*Р*

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А.Широканова  
24.12.2025 (среда)

### Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

#### Завтрак

852	Каша манная жидккая молочная с маслом сливочным	180	5,18	6	27,44	186,5
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
854	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1
	<b>Итого за Завтрак</b>	406	10,17	10	52,35	351,5

#### Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	100			11,2	69

#### Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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
444,01	Плов со свининой	150	10,85	12	29,38	263,1
1 318	Кисель витаминизированный	200	0,01		7,6	18,5
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
	<b>Итого за Обед</b>	605	17,7	23	77,2	522

#### Полдник

1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
	<b>Итого за Полдник</b>	250	1,29	1	22,52	101,8
	<b>Итого за день</b>	1 361	29,16	34	163,27	1 044,3

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А.Широканова  
24.12.2025 (среда)

### Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

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

#### Завтрак

852	Каша манная жидккая молочная с маслом сливочным	150	4,32	5	22,87	155,4
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
	<b>Итого за Завтрак</b>	356	9,18	9	46,18	311,5

#### Завтрак 2

707	Сок натуральный	100			11,2	69
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	100			11,2	69

#### Обед

813	Икра кабачковая пром.производства	30	0,36	4	2,22	29,1
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
444,01	Плов со свининой	130	9,41	11	25,47	228,1
1 318	Кисель витаминизированный	150	0,01		5,7	13,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	<b>Итого за Обед</b>	495	15,06	21	63,15	440,3

#### Полдник

1 066	Сырники	60	1,25	1	1,62	19,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
	<b>Итого за Полдник</b>	220	1,29	1	20,12	92,2
	<b>Итого за день</b>	1 171	25,53	31	140,65	913

Согласовано:

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

25.12.2023 (четверг)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб

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

### Завтрак

1111	Каша яичневая молочная жидккая с маслом сливочным	180	5,16	6	24,35	171
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
897	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	12,5	42,6
<b>Итого за Завтрак</b>		401	9,37	16	58,32	412,4

### Завтрак 2

928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,17		12,18	50,9

### Обед

811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	1,83	5	12,44	98,4
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1021	Ragu из мяса птицы @_	170	19,68	18	19,79	279,2
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5	16,7
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		600	27,15	25	63,4	515

### Полдник

892	Омлет с картофелем	100	1,03	2	1,45	23,5
1188	Чай с сахаром	200			16	63,8
<b>Итого за Полдник</b>		300	1,03	2	17,45	87,3
<b>Итого за день</b>		1401	37,72	43	151,35	1065,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

25.12.2023 (четверг)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб

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

### Завтрак

1111	Каша яичневая молочная жидккая с маслом сливочным	170	4,87	5	23	161,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	26	1,37	8	7,07	119,6
854	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66
897	Хлеб пшеничный	10	1,07		8,33	28,4
<b>Итого за Завтрак</b>		356	8,33	14	50,4	375,5

### Завтрак 2

928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17		12,18	50,9
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100	0,17		12,18	50,9

### Обед

811	Горошек зеленый консервированный	30	0,93		1,95	12
1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	1,52	4	10,37	82
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1021	Ragu из мяса птицы @_	150	17,36	16	17,46	246,4
699	Напиток лимонный	150	0,02		2,91	14
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
<b>Итого за Обед</b>		515	23,97	22	54,24	448,9

### Полдник

892	Омлет с картофелем	80	0,82	1	1,16	18,8
1188	Чай с сахаром	150			12	47,9
<b>Итого за Полдник</b>		230	0,82	1	13,16	66,7
<b>Итого за день</b>		1201	33,29	37	129,98	942

\_\_\_\_\_

Согласовано:

Утверждает директор  
ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

26.12.2023 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 228 руб**

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

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидккая молочная с маслом сливочным	180	6,45	7	38,51	243,3
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
686	Чай с лимоном @_	200	0,06		15,16	59,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>406</b>	<b>10,14</b>	<b>10</b>	<b>62,58</b>	<b>380,1</b>

Завтрак 2

912	Компот из свежих яблок	100	0,05		11,94	49,6
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,05</b>		<b>11,94</b>	<b>49,6</b>

Обед

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5	42,14	246,7
901	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8
897	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71
1 148	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>600</b>	<b>22,6</b>	<b>23</b>	<b>106,47</b>	<b>731</b>

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	8,01	105,6
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 141,09	Печенье детское @_	20	1,5	2	11,33	81,4
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>260</b>	<b>14,25</b>	<b>13</b>	<b>34,3</b>	<b>320</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 366</b>	<b>47,04</b>	<b>46</b>	<b>215,29</b>	<b>1 480,7</b>

Согласовано:

Утверждает директор  
ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

26.12.2023 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 202 руб**

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

Завтрак

848	Каша (пшено,рис) жидккая молочная с маслом сливочным	150	5,37	6	32,09	202,7
810	Бутерброд с сыром	26	3,63	3	8,91	76,9
686	Чай с лимоном @_	180	0,05		13,65	53,9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>356</b>	<b>9,05</b>	<b>9</b>	<b>54,65</b>	<b>333,5</b>

Завтрак 2

912	Компот из свежих яблок	100	0,05		11,94	49,6
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,05</b>		<b>11,94</b>	<b>49,6</b>

Обед

124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,48	79,5
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
998	Каша гречневая рассыпчатая	120	7,46	5	38,9	227,7
901	Соус красный основной	10	0,07	1	0,75	7,9
705	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85		4,85	25,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>515</b>	<b>20,64</b>	<b>23</b>	<b>91,02</b>	<b>645,7</b>

Полдник

1 073	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	8,01	105,6
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 141,09	Печенье детское @_	10	0,75	1	5,67	40,7
920	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>220</b>	<b>12,63</b>	<b>11</b>	<b>27,23</b>	<b>261,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1 191</b>	<b>42,37</b>	<b>43</b>	<b>184,84</b>	<b>1 290,1</b>

*af*

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658550

Владелец Ведрова Елена Викторовна

Действителен С 10.01.2025 по 10.01.2026