

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

16.03.2026 (пн, понедельник)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 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     | 5,16    | 6      | 24,35      | 171     |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 30      | 2,55    | 1      | 14,55      | 77,7    |
| 97                        | Сыр (порциями)                                  | 10      | 2,69    | 3      |            | 36,3    |
| 854                       | Чай с молоком                                   | 180     | 1,23    | 1      | 14,4       | 79,2    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | 400     | 11,63   | 11     | 53,3       | 364,2   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |         |         |        |            |         |
| 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    |
| <b>Обед</b>               |                                                 |         |         |        |            |         |
| 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   |
| 516                       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 130     | 5,5     | 4      | 32,82      | 189,3   |
| 1 318                     | Кисель витаминизированный                       | 180     | 0,01    |        | 6,84       | 16,7    |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                   | 25      | 2,68    | 1      | 10,88      | 68,5    |
| 1 148                     | Хлеб ржаной                                     | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 25,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | 600     | 17,57   | 18     | 79,44      | 582,8   |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |         |         |        |            |         |
| 769,12                    | Булочка домашняя                                | 70      | 5,29    | 8      | 43,3       | 275,8   |
| 920                       | Молоко кипяченое                                | 180     | 5,22    | 6      | 8,46       | 108     |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | 250     | 10,51   | 14     | 51,76      | 383,8   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | 1 350   | 39,88   | 43     | 196,68     | 1 381,7 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

16.03.2026 (пн, понедельник)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 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 | 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      | 77,7    |
| 854                       | Чай с молоком                                   | 150     | 1,02    | 1      | 12         | 66      |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                 | 350     | 10,85   | 10     | 48,19      | 332     |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                 |         |         |        |            |         |
| 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    |
| <b>Обед</b>               |                                                 |         |         |        |            |         |
| 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       | 25,9    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                 | 495     | 14,51   | 14     | 87,99      | 571,6   |
| <b>Полдник</b>            |                                                 |         |         |        |            |         |
| 769,12                    | Булочка домашняя                                | 70      | 5,29    | 8      | 43,3       | 275,8   |
| 920                       | Молоко кипяченое                                | 150     | 4,35    | 5      | 7,05       | 90      |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                 | 220     | 9,64    | 13     | 50,35      | 365,8   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                 | 1 065   | 35,17   | 37     | 198,71     | 1 320,3 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

17.03.2025 (вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |         |         |        |            |         |
| 850                     | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 180     | 6,06    | 8      | 25,91      | 199,3   |
| 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                               | 180     | 2,7     | 3      | 12,06      | 80,1    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | 400     | 10,34   | 19     | 50,6       | 423,7   |

**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**

|                      |                                          |     |       |    |       |       |
|----------------------|------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 050                | 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  |
| 1 105                | Гуляш из курицы                          | 70  | 15,18 | 5  | 2,66  | 113,9 |
| 995                  | Пюре картофельное                        | 130 | 2,82  | 4  | 19,09 | 127,4 |
| 699                  | Напиток лимонный                         | 180 | 0,03  |    | 3,5   | 16,7  |
| 897,01               | Хлеб пшеничный 1с обогащенный            | 25  | 2,68  | 1  | 10,88 | 68,5  |
| 1 147                | Хлеб ржаной.                             | 10  | 0,85  |    | 4,85  | 25,9  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                          | 600 | 24,48 | 13 | 53,66 | 440,7 |

**Полдник**

|                         |               |       |       |    |       |       |
|-------------------------|---------------|-------|-------|----|-------|-------|
| 1 066                   | Сырники       | 60    | 10,82 | 7  | 13,63 | 161,1 |
| 1 142                   | Повидло       | 10    | 0,04  |    | 6,5   | 25    |
| 854                     | Чай с молоком | 180   | 1,23  | 1  | 14,4  | 79,2  |
| <b>Итого за Полдник</b> |               | 250   | 12,09 | 8  | 34,53 | 265,3 |
| <b>Итого за день</b>    |               | 1 350 | 47,25 | 40 | 152,6 | 1 194 |

Согласовано:

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

17.03.2025 (вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры             | Наименование блюда                                       | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                          |         |         |        |            |         |
| 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    |
| 1 110                   | Кофейный напиток с молоком                               | 150     | 2,25    | 2      | 10,05      | 66,8    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                          | 350     | 9,21    | 17     | 45,71      | 388,2   |

**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**

|                      |                                          |     |       |    |       |       |
|----------------------|------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 050                | 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  | 14    |
| 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  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                          | 495 | 18,87 | 11 | 45,09 | 359,3 |

**Полдник**

|                         |               |       |       |    |        |         |
|-------------------------|---------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 1 066                   | Сырники       | 60    | 10,82 | 7  | 13,63  | 161,1   |
| 1 142                   | Повидло       | 10    | 0,04  |    | 6,5    | 25      |
| 854                     | Чай с молоком | 150   | 1,02  | 1  | 12     | 66      |
| <b>Итого за Полдник</b> |               | 220   | 11,88 | 8  | 32,13  | 252,1   |
| <b>Итого за день</b>    |               | 1 165 | 40,3  | 36 | 136,74 | 1 063,9 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

18.03.2026 (среда)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры        | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|--------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                   |         |         |        |            |         |
| 883                | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 6,47    | 7      | 28,61      | 218,3   |
| 828                | Чай с сахаром @                                   | 180     |         |        | 9,87       | 53,9    |
| 97                 | Сыр (порциями)                                    | 10      | 2,69    | 3      |            | 36,3    |
| 693                | Батон                                             | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| Итого за Завтрак   |                                                   | 400     | 10,66   | 11     | 50,98      | 386,7   |
| <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            | 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   |
| 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    |
| 897,01             | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                     | 25      | 2,68    | 1      | 10,88      | 68,5    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                       | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 25,9    |
| Итого за Обед      |                                                   | 600     | 22,75   | 20     | 91,55      | 647     |
| <b>Полдник</b>     |                                                   |         |         |        |            |         |
| 861                | Ватрушка со сметаной                              | 50      | 5,84    | 9      | 34,36      | 224,5   |
| 920                | Молоко кипяченое                                  | 200     | 5,8     | 6      | 9,4        | 120     |
| Итого за Полдник   |                                                   | 250     | 11,64   | 15     | 43,76      | 344,5   |
| Итого за день      |                                                   | 1 350   | 45,45   | 46     | 196,09     | 1 451,5 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

18.03.2026 (среда)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры        | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|--------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                                                   |         |         |        |            |         |
| 883                | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160     | 5,75    | 6      | 25,43      | 194,1   |
| 828                | Чай с сахаром @                                   | 150     |         |        | 8,23       | 44,9    |
| 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     | 46,16      | 353,5   |
| <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     | 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   |
| <b>Полдник</b>     |                                                   |         |         |        |            |         |
| 861                | Ватрушка 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     | 173,2      | 1 266,7 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

19.03.2026 (четверг)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № рецептуры        | Наименование блюда            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|--------------------|-------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                               |         |         |        |             |         |
| 1 284              | Суп молочный с вермишелью     | 180     | 8,47    | 5      | 15,13       | 178,4   |
| 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    | 180     | 2,7     | 3      | 12,06       | 80,1    |
| Итого за Завтрак   |                               | 400     | 12,75   | 16     | 39,82       | 402,8   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                               |         |         |        |             |         |
| 705                | Напиток из плодов шиповника   | 100     | 0,34    |        | 13,81       | 64,3    |
| Итого за Завтрак 2 |                               | 100     | 0,34    |        | 13,81       | 64,3    |
| <b>Обед</b>        |                               |         |         |        |             |         |
| 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   | 9      | 7,35        | 167,4   |
| 1 126              | Соус томатный                 | 10      | 0,06    | 2      | 0,58        | 5,6     |
| 845,03             | Каша гречневая вязкая         | 130     | 5,66    | 5      | 24,22       | 148     |
| 933                | Компот из яблок и изюма       | 180     | 0,12    |        | 17,76       | 73,7    |
| 897,01             | Хлеб пшеничный 1с обогащенный | 25      | 2,68    | 1      | 10,88       | 68,5    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                   | 10      | 0,85    |        | 4,85        | 25,9    |
| Итого за Обед      |                               | 615     | 26,8    | 19     | 89,71       | 631,1   |
| <b>Полдник</b>     |                               |         |         |        |             |         |
| 972                | Омлет натуральный             | 70      | 5,17    | 5      | 5,96        | 102,8   |
| 1 188              | Чай с сахаром                 | 180     |         |        | 14,4        | 57,5    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                   | 10      | 0,85    |        | 4,85        | 25,9    |
| Итого за Полдник   |                               | 260     | 6,02    | 5      | 25,21       | 186,2   |
| Итого за день      |                               | 1 375   | 45,91   | 40     | 168,55      | 1 284,4 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Широкова

19.03.2026 (четверг)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры        | Наименование блюда            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|--------------------|-------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>     |                               |         |         |        |             |         |
| 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      | 10,05       | 66,8    |
| Итого за Завтрак   |                               | 350     | 11,36   | 15     | 36,13       | 369,7   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                               |         |         |        |             |         |
| 705                | Напиток из плодов шиповника   | 100     | 0,34    |        | 13,81       | 64,3    |
| Итого за Завтрак 2 |                               | 100     | 0,34    |        | 13,81       | 64,3    |
| <b>Обед</b>        |                               |         |         |        |             |         |
| 1 049              | Суп-пюре из гороха            | 150     | 4,63    | 2      | 13,55       | 85      |
| 943                | Гренки из пшеничного хлеба    | 5       | 0,65    |        | 3,9         | 20      |
| 907                | Тефтели мясные с луком        | 50      | 7,56    | 6      | 5,25        | 119,6   |
| 1 126              | Соус томатный                 | 10      | 0,06    | 2      | 0,58        | 5,6     |
| 845,03             | Каша гречневая вязкая         | 110     | 4,79    | 4      | 20,5        | 125,2   |
| 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     | 20,78   | 15     | 72,13       | 497,5   |
| <b>Полдник</b>     |                               |         |         |        |             |         |
| 972                | Омлет натуральный             | 60      | 4,43    | 4      | 5,11        | 88,1    |
| 1 188              | Чай с сахаром                 | 150     |         |        | 12          | 47,9    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                   | 10      | 0,85    |        | 4,85        | 25,9    |
| Итого за Полдник   |                               | 220     | 5,28    | 4      | 21,96       | 161,9   |
| Итого за день      |                               | 1 175   | 37,76   | 34     | 144,03      | 1 093,4 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

20.03.2026 (пятница)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 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     | 5,18    | 6      | 27,44      | 186,5   |
| 854                | Чай с молоком                                  | 180     | 1,23    | 1      | 14,4       | 79,2    |
| 97                 | Сыр (порциями)                                 | 10      | 2,69    | 3      |            | 36,3    |
| 693                | Батон                                          | 30      | 1,5     | 1      | 12,5       | 78,2    |
| Итого за Завтрак   |                                                | 400     | 10,6    | 11     | 54,34      | 380,2   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                |         |         |        |            |         |
| 707                | Сок натуральный                                | 100     |         |        | 11,2       | 69      |
| Итого за Завтрак 2 |                                                | 100     |         |        | 11,2       | 69      |
| <b>Обед</b>        |                                                |         |         |        |            |         |
| 812                | Кукуруза консервированная                      | 50      | 1,03    | 2      | 5,4        | 44,5    |
| 1 018              | Суп с крупой пшениной "Волна" со               | 180     | 2,95    | 5      | 13,38      | 112,1   |
| 1 107              | Биточек рыбный                                 | 70      | 9,28    | 7      | 11,12      | 140,9   |
| 901                | Соус красный основной                          | 15      | 0,11    | 1      | 1,12       | 11,8    |
| 512                | Рис припущенный                                | 130     | 3,12    | 5      | 32,11      | 191     |
| 928                | Компот из смеси сухофруктов                    | 180     | 0,31    |        | 21,92      | 91,5    |
| 897,01             | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                  | 25      | 2,68    | 1      | 10,88      | 68,5    |
| 1 148              | Хлеб ржаной                                    | 10      | 0,85    |        | 4,85       | 25,9    |
| Итого за Обед      |                                                | 660     | 20,33   | 21     | 100,78     | 686,2   |
| <b>Полдник</b>     |                                                |         |         |        |            |         |
| 1 182              | Манник                                         | 50      | 3,2     | 4      | 30,16      | 167,9   |
| 920                | Молоко кипяченое                               | 200     | 5,8     | 6      | 9,4        | 120     |
| Итого за Полдник   |                                                | 250     | 9       | 10     | 39,56      | 287,9   |
| Итого за день      |                                                | 1 410   | 39,93   | 42     | 205,88     | 1 423,3 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина

20.03.2026 (пятница)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 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     | 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   |
| <b>Завтрак 2</b>   |                                                |         |         |        |            |         |
| 707                | Сок натуральный                                | 100     |         |        | 11,2       | 69      |
| Итого за Завтрак 2 |                                                | 100     |         |        | 11,2       | 69      |
| <b>Обед</b>        |                                                |         |         |        |            |         |
| 812                | Кукуруза консервированная                      | 30      | 0,62    | 1      | 3,24       | 26,7    |
| 1 018              | Суп с крупой пшениной "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    | 4      | 27,17      | 161,6   |
| 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    |        | 4,85       | 25,9    |
| Итого за Обед      |                                                | 530     | 15,67   | 16     | 82,08      | 547,2   |
| <b>Полдник</b>     |                                                |         |         |        |            |         |
| 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   | 33,03   | 35     | 179,38     | 1 220,4 |