

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

02.03.2026 (понедельник)

## Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

| № 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 | 171   |
| 1 148            | Хлеб эжаной                                     | 30  | 2,55  | 1  | 14,55 | 77,7  |
| 97               | Сыр (торциями)                                  | 10  | 2,69  | 3  |       | 36,3  |
| 854              | Чай с молоком                                   | 180 | 1,23  | 1  | 14,4  | 79,2  |
| Итого за Завтрак |                                                 | 400 | 11,63 | 11 | 53,3  | 364,2 |

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 |
| 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 эжаной                          | 10  | 0,85  |    | 4,85  | 25,9  |
| Итого за Обед |                                      | 600 | 17,57 | 18 | 79,44 | 582,8 |

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    |                  | 1 350 | 39,88 | 43 | 196,68 | 1 381,7 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широканова

02.03.2026 (понедельник)

## Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|

Завтрак

|                  |                                                 |     |       |    |       |      |
|------------------|-------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|------|
| 1 111            | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 4,59  | 5  | 21,64 | 152  |
| 97               | Сыр (торциями)                                  | 10  | 2,69  | 3  |       | 36,3 |
| 1 148            | Хлеб эжаной                                     | 30  | 2,55  | 1  | 14,55 | 77,7 |
| 854              | Чай с молоком                                   | 150 | 1,02  | 1  | 12    | 66   |
| Итого за Завтрак |                                                 | 350 | 10,85 | 10 | 48,19 | 332  |

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 | 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 эжаной                          | 10  | 0,85  |    | 4,85  | 25,9  |
| Итого за Обед |                                      | 495 | 14,51 | 14 | 87,99 | 571,6 |

Полдник

|                  |                  |       |       |    |        |         |
|------------------|------------------|-------|-------|----|--------|---------|
| 769,12           | Булочка домашняя | 70    | 5,29  | 8  | 43,3   | 275,8   |
| 920              | Молоко кипяченое | 150   | 4,35  | 5  | 7,05   | 90      |
| Итого за Полдник |                  | 220   | 9,64  | 13 | 50,35  | 365,8   |
| Итого за день    |                  | 1 165 | 35,17 | 37 | 198,71 | 1 320,3 |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

03.03.2020

(вторник)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды 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>   |                                                          | <b>400</b>   | <b>10,34</b> | <b>19</b> | <b>50,6</b>   | <b>423,7</b> |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                          |              |              |           |               |              |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                              | 100          | 0,34         |           | 13,81         | 64,3         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                          | <b>100</b>   | <b>0,34</b>  |           | <b>13,81</b>  | <b>64,3</b>  |
| <b>Обед</b>               |                                                          |              |              |           |               |              |
| 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         |
| 897,01                    | Хлеб пшеничный 1с обогащенный                            | 25           | 2,68         | 1         | 10,88         | 68,5         |
| 1 147                     | Хлеб эжаной.                                             | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9         |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                          | <b>600</b>   | <b>22</b>    | <b>13</b> | <b>53,52</b>  | <b>505,5</b> |
| <b>Полдник</b>            |                                                          |              |              |           |               |              |
| 1 066                     | Сырники                                                  | 60           | 10,82        | 7         | 13,63         | 161,1        |
| 1 142                     | Повидло                                                  | 10           | 0,04         |           | 6,5           | 25           |
| 14 539,27                 | Чай с сахаром @                                          | 180          |              |           | 14,4          | 57,4         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                          | <b>250</b>   | <b>10,86</b> | <b>7</b>  | <b>34,53</b>  | <b>243,5</b> |
| <b>Итого за день</b>      |                                                          | <b>1 350</b> | <b>43,54</b> | <b>39</b> | <b>152,46</b> | <b>1 237</b> |

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

03.03.2020

(вторник)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                       | Выход г      | Белки г      | Жиры г    | Углево-ды 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>   |                                                          | <b>350</b>   | <b>9,21</b>  | <b>17</b> | <b>45,71</b>  | <b>388,2</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                          |              |              |           |               |                |
| 705                       | Напиток из плодов шиповника                              | 100          | 0,34         |           | 13,81         | 64,3           |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                          | <b>100</b>   | <b>0,34</b>  |           | <b>13,81</b>  | <b>64,3</b>    |
| <b>Обед</b>               |                                                          |              |              |           |               |                |
| 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           |
| 1 024                     | Гуляш из курицы @                                        | 50           | 9,07         | 3         | 1,8           | 127,7          |
| 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 эжаной                                              | 10           | 0,85         |           | 4,85          | 25,9           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                          | <b>495</b>   | <b>17,1</b>  | <b>11</b> | <b>44,99</b>  | <b>405,7</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                          |              |              |           |               |                |
| 1 066                     | Сырники                                                  | 60           | 10,82        | 7         | 13,63         | 161,1          |
| 1 142                     | Повидло                                                  | 10           | 0,04         |           | 6,5           | 25             |
| 828                       | Чай с сахаром @                                          | 150          |              |           | 8,23          | 44,9           |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                          | <b>220</b>   | <b>10,86</b> | <b>7</b>  | <b>28,36</b>  | <b>231</b>     |
| <b>Итого за день</b>      |                                                          | <b>1 165</b> | <b>37,51</b> | <b>35</b> | <b>132,87</b> | <b>1 089,2</b> |

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова

04.03.2026 (среда)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 257 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                   |         |         |        |             |         |
| 883                       | Каше 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    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                   | 400     | 10,66   | 11     | 50,98       | 386,7   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                   |         |         |        |             |         |
| 976                       | Яблоки свежие                                     | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 73,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                   | 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    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                   | 600     | 22,75   | 20     | 91,55       | 647     |
| <b>Полдник</b>            |                                                   |         |         |        |             |         |
| 861                       | Ватрушка со сметаной                              | 50      | 5,84    | 9      | 34,36       | 224,5   |
| 920                       | Молско кипяченое                                  | 200     | 5,8     | 6      | 9,4         | 120     |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                   | 250     | 11,64   | 15     | 43,76       | 344,5   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                   | 1 350   | 45,45   | 46     | 196,09      | 1 451,5 |

Согласовано:

Утверждаю: директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкалова

04.03.2026 (среда)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры               | Наименование блюда                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|---------------------------------------------------|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>            |                                                   |         |         |        |             |         |
| 883                       | Каше 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    |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                   | 350     | 9,94    | 10     | 46,16       | 353,5   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                   |         |         |        |             |         |
| 976                       | Яблоки свежие                                     | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 73,3    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                   | 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    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                   | 495     | 17,97   | 15     | 75,83       | 525,4   |
| <b>Полдник</b>            |                                                   |         |         |        |             |         |
| 861                       | Ватрушка со сметаной                              | 50      | 5,84    | 9      | 34,36       | 224,5   |
| 920                       | Молско кипяченое                                  | 150     | 4,35    | 5      | 7,05        | 90      |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                   | 200     | 10,19   | 14     | 41,41       | 314,5   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                   | 1 145   | 38,5    | 39     | 173,2       | 1 266,7 |

Согласован:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирканова

05.03.2026 (четверг)

**Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб**

| № рецептуры        | Наименование блюда            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы 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 |

Согласован:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цирканова

05.03.2026 (четверг)

**Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб**

| № рецептуры        | Наименование блюда            | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы 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 |

Согласован:

Утверждаю, директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

06.03.2026 (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          |
| 919                       | Какас с молоком                                | 180          | 4,41         | 5         | 18,07         | 171            |
| 97                        | Сыр (порциями)                                 | 10           | 2,69         | 3         |               | 36,3           |
| 693                       | Батон                                          | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                | <b>400</b>   | <b>13,78</b> | <b>15</b> | <b>58,01</b>  | <b>472</b>     |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                |              |              |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |              |           | 11,2          | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>   | <b>69</b>      |
| <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           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                | <b>660</b>   | <b>20,33</b> | <b>21</b> | <b>100,78</b> | <b>686,2</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                |              |              |           |               |                |
| 1 182                     | Манник                                         | 50           | 3,2          | 4         | 30,16         | 167,9          |
| 920                       | Молоко кипяченое                               | 200          | 5,8          | 6         | 9,4           | 120            |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                | <b>250</b>   | <b>9</b>     | <b>10</b> | <b>39,56</b>  | <b>287,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                | <b>1 410</b> | <b>43,11</b> | <b>46</b> | <b>209,55</b> | <b>1 515,1</b> |

Согласован:

Утверждаю, директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цириканова

06.03.2026 (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          |
| 919                       | Какао с молоком                                | 150          | 3,68         | 4         | 15,06         | 142,5          |
| 97                        | Сыр (порциями)                                 | 10           | 2,69         | 3         |               | 36,3           |
| 693                       | Батон                                          | 30           | 1,5          | 1         | 12,5          | 78,2           |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                | <b>350</b>   | <b>12,47</b> | <b>13</b> | <b>51,95</b>  | <b>422,8</b>   |
| <b>Завтрак 2</b>          |                                                |              |              |           |               |                |
| 707                       | Сок натуральный                                | 100          |              |           | 11,2          | 69             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                | <b>100</b>   |              |           | <b>11,2</b>   | <b>69</b>      |
| <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           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                | <b>530</b>   | <b>15,67</b> | <b>16</b> | <b>82,08</b>  | <b>547,2</b>   |
| <b>Полдник</b>            |                                                |              |              |           |               |                |
| 1 182                     | Манник                                         | 50           | 3,2          | 4         | 30,16         | 167,9          |
| 920                       | Молоко кипяченое                               | 150          | 4,35         | 5         | 7,05          | 90             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                | <b>200</b>   | <b>7,55</b>  | <b>9</b>  | <b>37,21</b>  | <b>257,9</b>   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                | <b>1 180</b> | <b>35,69</b> | <b>38</b> | <b>182,44</b> | <b>1 296,9</b> |