

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широшова

16.09.2026 (пн) (недельник)

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	5,82	24,35	171
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,55	77,7
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
Итого за Завтрак		400	12,13	11,6	53,3	364,2
Завтрак 2						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17	0,05	12,18	50,9
Итого за Завтрак 2		100	0,17	0,05	12,18	50,9
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,94	4,59	12,82	100,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308,03	Биточек домашний	70	11,49	8,18	1,1	128
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	3,75	26,82	189,3
1 318	Кисель витаминизированный	180	0,01		21,6	85,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		600	23,62	19,13	78,11	609,2
Полдник						
450,04	Булочка с посыпкой	50	3,95	4,7	27,85	128,9
920	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
Итого за Полдник		230	9,17	10,46	36,31	236,9
Итого за день		1 330	45,09	41,24	179,9	1 261,2

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широшова

16.09.2026 (пн) (недельник)

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	5,17	21,64	152
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,55	77,7
854	Чай с молоком	150	1,02	0,83	12	66
Итого за Завтрак		350	11,35	10,79	48,19	332
Завтрак 2						
928	Компот из смеси сухофруктов	100	0,17	0,05	12,18	50,9
Итого за Завтрак 2		100	0,17	0,05	12,18	50,9
Обед						
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,62	3,83	10,68	83,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308,03	Биточек домашний	50	8,21	5,84	0,79	91,4
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3,18	22,69	160,2
1 797	Кисель из сухофруктов	150	0,21	0,02	27,96	113,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		495	18,83	15,25	75,71	541,3
Полдник						
450,04	Булочка с посыпкой	50	3,95	4,7	27,85	128,9
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		200	8,3	9,5	34,9	218,9
Итого за день		1 145	38,65	35,59	170,98	1 143,1

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

15.09.2026 (вторник)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ 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	7,86	25,91	199,3
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
919	Какао с молоком	180	4,41	4,5	18,07	171
Итого за Завтрак		400	12,8	20,48	59,53	529,4

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	13,81	34,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34	0,14	13,81	34,3

Обед

1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,77	2,04	12,64	76,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы	70	12,7	4,53	2,52	178,7
995	Пюре картофельное	130	2,82	4,37	19,09	127,4
699	Напиток лимонный	180	0,03		3,5	22,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 147	Хлеб ржаной.	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		600	22	13,55	53,52	510,9

Полдник

365	Запеканка творожная	70	1,18	0,77	1,59	156,7
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
Итого за Полдник		260	2,61	1,76	19,24	248,4
Итого за день		1 360	37,75	35,93	146,1	1 323

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкова

15.09.2026 (вторник)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

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

Завтрак

850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	160	5,38	6,99	23,03	177,1
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
919	Какао с молоком	150	3,68	3,75	15,06	142,5
Итого за Завтрак		350	11,39	18,86	53,64	478,7

Завтрак 2

705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	13,81	34,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34	0,14	13,81	34,3

Обед

1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,48	1,7	10,53	63,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 024	Гуляш из курицы	50	9,07	3,24	1,8	127,7
995	Пюре картофельное	110	2,39	3,7	16,16	107,8
699	Напиток лимонный	150	0,02		2,91	18,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		495	17,1	11,02	44,99	410,2

Полдник

365	Запеканка творожная	70	1,18	0,77	1,59	156,7
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
854	Чай с молоком	150	1,02	0,83	12	66
Итого за Полдник		230	2,4	1,6	16,84	235,2
Итого за день		1 175	31,23	31,62	129,28	1 158,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цироканова

16.09.2026 (среда)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	6,99	28,61	218,3
828	Чай с сахаром	180			9,87	53,9
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
Итого за Завтрак		400	11,91	11,66	53,9	401,5
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	9,8	47
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	4,93	9,85	89,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308	Котлета куриная	70	12,76	16,09	0,14	142,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	3,75	26,82	189,3
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		600	24,62	27,46	74,5	618,8
Полдник						
1 330,01	Блинчики	50	2,75	2,85	17,75	107,9
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		260	8,75	9,25	30,4	240,4
Итого за день		1 360	45,68	48,77	168,6	1 307,7

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цироканова

16.09.2026 (среда)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,75	6,21	25,43	194,1
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
Итого за Завтрак		350	11,19	10,88	52,85	371,3
Завтрак 2						
976	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4	0,4	9,8	47
Обед						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,14	4,11	8,21	74,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,15	0,04	11,8
1 308	Котлета куриная	50	9,12	11,49	0,1	101,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3,18	22,69	160,2
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	0,07	18,27	76,3
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		495	19,31	21,23	62,86	505,3
Полдник						
1 330,2	Блинчики	50	1,91	2,38	4,44	51,4
1 142	Повидло	10	0,2		3,25	12,5
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		210	6,46	7,18	14,74	153,9
Итого за день		1 155	37,36	39,69	140,25	1 077,5

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

17.09.2026 (четверг)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	180	8,47	5,46	15,13	178,4
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,61	12,06	80,1
Итого за Завтрак		400	13,5	16,19	42,74	417,6
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	13,81	34,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34	0,14	13,81	34,3
Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	1,96	16,26	93
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3	0,16	2,81	25
907	Тефтели мясные с луком	60	6,5	7,71	6,3	143,5
1 126	Соус томатный	10	0,06	0,67	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,08	5,16	42,14	246,7
933	Компот из яблок и изюма	180	0,12	0,12	17,76	73,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		605	25,14	17,24	101,58	681,9
Полдник						
892	Омлет с картофелем	70	0,72	1,05	1,02	16,4
1 188	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Полдник		260	1,57	1,38	20,27	99,8
Итого за день		1 365	40,55	34,95	178,4	1 233,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

17.09.2026 (четверг)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 284	Суп молочный с вермишелью	160	7,53	4,86	13,45	158,6
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
1 110	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,18	10,05	66,8
Итого за Завтрак		350	12,11	15,16	39,05	384,5
Завтрак 2						
705	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	13,81	34,3
Итого за Завтрак 2		100	0,34	0,14	13,81	34,3
Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1,63	13,55	77,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65	0,08	1,4	12,5
907	Тефтели мясные с луком	60	6,5	7,71	6,3	143,5
1 126	Соус томатный	10	0,06	0,67	0,58	5,6
998	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,84	4,36	35,66	208,7
933	Компот из яблок и изюма	150	0,1	0,1	14,8	61,4
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		515	21,77	15,78	85,84	589,9
Полдник						
892	Омлет с картофелем	60	0,62	0,9	0,87	14,1
1 188	Чай с сахаром	150			12	47,9
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Полдник		220	1,47	1,23	17,72	87,9
Итого за день		1 185	35,69	32,31	156,42	1 096,6

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

18.09.2026 (пятница)

Красноуфимск ДОУ 3-7 л 237 руб

№ 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	6,14	27,44	186,5
854	Чай с молоком	180	1,23	0,99	14,4	79,2
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
Итого за Завтрак		400	11,85	11,8	57,26	395
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	50	0,4	0,05	1,4	7,5
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	180	2,95	5,17	13,38	112,1
1 699,05	Фигурки рыбные	50	7,32	10,65	3,62	139,6
901	Соус красный основной	15	0,11	0,76	1,12	11,8
512	Рис припущенный	130	3,09	4,99	32,71	188,1
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	21,92	91,5
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	25	2,68	1,13	10,88	68,5
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		640	17,71	23,16	89,88	645
Полдник						
1 182	Манник	60	3,83	4,55	36,19	201,4
920	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	120
Итого за Полдник		260	9,63	10,95	45,59	321,4
Итого за день		1 400	39,19	45,91	203,93	1 430,4

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Цироканова

18.09.2026 (пятница)

Красноуфимск Яс 1-3 г 210 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
852	Каша манная жидкая молочная с маслом сливочным	160	4,6	5,46	24,39	165,8
854	Чай с молоком	150	1,02	0,83	12	66
97	Сыр (порциями)	10	3,19	3,8		36,3
693	Батон	30	2,25	0,87	15,42	93
Итого за Завтрак		350	11,06	10,96	51,81	361,1
Завтрак 2						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
Обед						
836	Огурцы свежие порционно	30	0,24	0,03	0,84	4,5
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со	150	2,46	4,31	11,15	93,4
1 699,05	Фигурки рыбные	50	7,32	10,65	3,62	139,6
901	Соус красный основной	10	0,07	0,51	0,75	7,9
512	Рис припущенный	110	2,62	4,22	27,68	159,2
928	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26	0,07	18,27	76,3
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	0,9	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,85	25,9
Итого за Обед		530	15,96	21,02	75,86	561,6
Полдник						
1 182	Манник	60	3,83	4,55	36,19	201,4
920	Молоко кипяченое	150	4,35	4,8	7,05	90
Итого за Полдник		210	8,18	9,35	43,24	291,4
Итого за день		1 190	35,2	41,33	182,11	1 283,1