

Согласовано  
И.о. Заведующего детского сада № 95



### Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,5	6	22,49	167,4
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	150	2,4	4	10,05	84,2
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>10,19</b>	<b>11</b>	<b>54,46</b>	<b>355,2</b>
<u>Обед</u>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	150	3,77	2	10,57	79,1
1 572	Голубцы ленивые из птицы	160	11,89	8	17,06	184,4
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,23	0	16,44	68,66
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>500</b>	<b>19,73</b>	<b>12</b>	<b>70,43</b>	<b>440,76</b>
<u>Полдник</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	80	8,06	9	2,61	122,1
1003	Салат из отварного картофеля, моркови с маслом раст.	30	0,52	3,03	4,86	49,1
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>340</b>	<b>14,72</b>	<b>15,03</b>	<b>61,07</b>	<b>413,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1190</b>	<b>44,64</b>	<b>38,03</b>	<b>185,96</b>	<b>1209,06</b>

Технолог:

Согласовано  
И.о. Заведующего детского сада № 95



### Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>11,36</b>	<b>12</b>	<b>59,28</b>	<b>393</b>
<u>Обед</u>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые из птицы	210	15,61	10	22,39	242,1
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>610</b>	<b>24,25</b>	<b>15</b>	<b>81,16</b>	<b>527,99</b>
<u>Полдник</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	11	3,26	152,6
811	Кукуруза консервированная	30	0,93		1,95	12
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>390</b>	<b>17,15</b>	<b>14</b>	<b>61,21</b>	<b>416</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1400</b>	<b>52,76</b>	<b>41</b>	<b>201,65</b>	<b>1336,99</b>

Технолог:

Согласовано  
И. о. Заведующего детского сада № 95  
М.И. Осенних



Утверждено директор  
ООО "Азбука питания"  
И.И. Цирков  
2026



### Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 180

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеб-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>11,36</b>	<b>12</b>	<b>59,28</b>	<b>393</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые из птицы	210	15,61	10	22,39	242,1
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>610</b>	<b>24,25</b>	<b>15</b>	<b>81,16</b>	<b>527,99</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
891	Омлет запеченный или паровой	80	8,06	9	2,61	122,1
811	Кукуруза консервированная	30	0,93		1,95	12
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>370</b>	<b>15,13</b>	<b>12</b>	<b>60,56</b>	<b>385,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1380</b>	<b>50,74</b>	<b>39</b>	<b>201</b>	<b>1306,49</b>

Технолог:

\_\_\_\_\_