

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 95  
Н.И. Першина

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широкова

02.04.2026

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

| № рецептуры             | Наименование блюда   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>          |  |         |         |        |             |         |
| 1 111,13                | Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным | 160     | 5,78    | 6      | 23,18       | 174,8   |
| 97                      | Сыр  | 10      | 2,69    | 3      |             | 36,3    |
| 1 585                   | Батон  | 30      | 2,25    | 1      | 15,42       | 78,6    |
| 1 508,02                | Какао с молоком  | 150     | 3,07    | 3      | 12,79       | 88,3    |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | 350     | 13,79   | 13     | 51,39       | 378     |
| <b>Обед</b>             |  |         |         |        |             |         |
| 1 021,21                | Борщ с капустой, картофелем и сметаной                       | 150     | 1,14    | 4      | 8,21        | 74,7    |
| 1 216                   | Макаронник с мясом птицы                                     | 170     | 19,92   | 9      | 33,69       | 293,8   |
| 600,01                  | Соус сметанный с томатом                                     | 30      | 0,42    | 2      | 2,02        | 23,7    |
| 699,01                  | Напиток из сока  | 150     |         |        | 15,89       | 63,7    |
| 1 148                   | Хлеб ржаной  | 20      | 1,7     | 1      | 9,7         | 51,8    |
| 897                     | Хлеб пшеничный   | 20      | 2,14    | 1      | 16,66       | 56,8    |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | 540     | 25,32   | 17     | 86,17       | 564,5   |
| <b>Полдник</b>          |  |         |         |        |             |         |
| 265                     | Рыба запеченная в молочном соусе                             | 70      | 13,48   | 10     | 3,24        | 154,9   |
| 995,14                  | Пюре "Розовое"   | 80      | 1,74    | 3      | 11,75       | 78,4    |
| 14 539,27               | Чай с сахаром  | 150     |         |        | 12          | 47,9    |
| 897                     | Хлеб пшеничный   | 20      | 2,14    | 1      | 16,66       | 56,8    |
| 976                     | Яблоки свежие  | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 73,3    |
| <b>Итого за Полдник</b> |  | 420     | 17,76   | 14     | 53,45       | 411,3   |
| <b>Итого за день</b>    |  | 1310    | 56,87   | 44     | 191,01      | 1353,8  |

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 95  
Н.И. Першина

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широкова

02.04.2026

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

| № рецептуры             | Наименование блюда   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b>Завтрак</b>          |  |         |         |        |             |         |
| 1 111,13                | Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 6,93    | 8      | 27,81       | 209,7   |
| 97                      | Сыр  | 10      | 2,69    | 3      |             | 36,3    |
| 1 585                   | Батон  | 30      | 2,25    | 1      | 15,42       | 78,6    |
| 1 508,02                | Какао с молоком  | 180     | 3,68    | 4      | 15,35       | 105,9   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | 400     | 15,55   | 16     | 58,58       | 430,5   |
| <b>Обед</b>             |  |         |         |        |             |         |
| 1 021,21                | Борщ с капустой, картофелем и сметаной                       | 180     | 1,37    | 5      | 9,85        | 89,6    |
| 1 216                   | Макаронник с мясом птицы                                     | 200     | 23,43   | 10     | 39,64       | 345,7   |
| 600,01                  | Соус сметанный с томатом                                     | 50      | 0,7     | 3      | 3,37        | 39,5    |
| 699,01                  | Напиток из сока  | 180     |         |        | 19,06       | 76,4    |
| 1 148                   | Хлеб ржаной  | 20      | 1,7     | 1      | 9,7         | 51,8    |
| 897                     | Хлеб пшеничный   | 20      | 2,14    | 1      | 16,66       | 56,8    |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | 650     | 29,34   | 20     | 98,28       | 659,8   |
| <b>Полдник</b>          |  |         |         |        |             |         |
| 265                     | Рыба запеченная в молочном соусе                             | 100     | 19,26   | 14     | 4,63        | 221,3   |
| 995,14                  | Пюре "Розовое"   | 100     | 2,17    | 3      | 14,69       | 98      |
| 14 539,27               | Чай с сахаром  | 180     |         |        | 14,4        | 57,4    |
| 897                     | Хлеб пшеничный   | 20      | 2,14    | 1      | 16,66       | 56,8    |
| 976                     | Яблоки свежие  | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 73,3    |
| <b>Итого за Полдник</b> |  | 500     | 23,97   | 18     | 60,18       | 506,8   |
| <b>Итого за день</b>    |  | 1550    | 68,86   | 54     | 217,04      | 1597,1  |

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 95  
Н.И. Першина



Утверждаю директор  
ООО «Азбука питания»  
Е.А. Широкалова



## Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р

| № рецептуры             | Наименование блюда   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал |
|-------------------------|--|---------|---------|--------|-------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |  |         |         |        |             |         |
| 1 111,13                | Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным | 180     | 6,93    | 8      | 27,81       | 209,7   |
| 97                      | Сыр  | 10      | 2,69    | 3      |             | 36,3    |
| 1 585                   | Батон  | 30      | 2,25    | 1      | 15,42       | 78,6    |
| 1 508,02                | Какао с молоком  | 180     | 3,68    | 4      | 15,35       | 105,9   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | 400     | 15,55   | 16     | 58,58       | 430,5   |
| <b><u>Обед</u></b>      |  |         |         |        |             |         |
| 1 021,21                | Борщ с капустой, картофелем и сметаной                       | 180     | 1,37    | 5      | 9,85        | 89,6    |
| 1 216                   | Макаронник с мясом птицы                                     | 200     | 23,43   | 10     | 39,64       | 345,7   |
| 600,01                  | Соус сметанный с томатом                                     | 50      | 0,7     | 3      | 3,37        | 39,5    |
| 699,01                  | Напиток из сока  | 180     |         |        | 19,06       | 76,4    |
| 1 148                   | Хлеб ржаной  | 20      | 1,7     | 1      | 9,7         | 51,8    |
| 897                     | Хлеб пшеничный   | 20      | 2,14    | 1      | 16,66       | 56,8    |
| <b>Итого за Обед</b>    |  | 650     | 29,34   | 20     | 98,28       | 659,8   |
| <b><u>Полдник</u></b>   |  |         |         |        |             |         |
| 265                     | Рыба запеченная в молочном соусе                             | 70      | 13,48   | 10     | 3,24        | 154,9   |
| 995,14                  | Пюре "Розовое"   | 80      | 1,74    | 3      | 11,75       | 78,4    |
| 897                     | Хлеб пшеничный   | 20      | 2,14    | 1      | 16,66       | 56,8    |
| 976                     | Яблоки свежие  | 100     | 0,4     |        | 9,8         | 73,3    |
| 14 539,27               | Чай с сахаром  | 180     |         |        | 14,4        | 57,4    |
| <b>Итого за Полдник</b> |  | 450     | 17,76   | 14     | 55,85       | 420,8   |
| <b>Итого за день</b>    |  | 1500    | 62,65   | 50     | 212,71      | 1511,1  |

Технолог: