

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



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

30.04.2026

**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>		<b>350</b>	<b>13,79</b>	<b>13</b>	<b>51,39</b>	<b>378</b>
<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>		<b>540</b>	<b>25,32</b>	<b>17</b>	<b>86,17</b>	<b>564,5</b>
<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>		<b>420</b>	<b>17,76</b>	<b>14</b>	<b>53,45</b>	<b>411,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1310</b>	<b>56,87</b>	<b>44</b>	<b>191,01</b>	<b>1353,8</b>

Технолог:

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



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

30.04.2026

**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>		<b>400</b>	<b>15,55</b>	<b>16</b>	<b>58,58</b>	<b>430,5</b>
<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>		<b>650</b>	<b>29,34</b>	<b>20</b>	<b>98,28</b>	<b>659,8</b>
<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>		<b>500</b>	<b>23,97</b>	<b>18</b>	<b>60,18</b>	<b>506,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1550</b>	<b>68,86</b>	<b>54</b>	<b>217,04</b>	<b>1597,1</b>

Технолог:

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



30.04.2026

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы 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>		<b>400</b>	<b>15,55</b>	<b>16</b>	<b>58,58</b>	<b>430,5</b>
<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>		<b>650</b>	<b>29,34</b>	<b>20</b>	<b>98,28</b>	<b>659,8</b>
<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>		<b>450</b>	<b>17,76</b>	<b>14</b>	<b>55,85</b>	<b>420,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1500</b>	<b>62,65</b>	<b>50</b>	<b>212,71</b>	<b>1511,1</b>

Технолог: