Ознакомлена
И.О Заведующего детского сада № 95
М.И. Осенних

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А.Широканова
30.10.2026

## Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | | | | |
| 1 111,09 | Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 5,16 | 6 | 21,08 | 157 |
| 1 142 | Повидло | 10 | 0,04 | | 6,5 | 25 |
| 1516 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 3,15 | 3 | 10,2 | 82,2 |
| 693 | Батон | 30 | 1,5 | 0,87 | 12,5 | 78,2 |
| | **Итого за Завтрак** | 350 | 9,85 | 9,87 | 50,28 | 342,4 |
| | **Обед** | | | | | |
| 1 240 | Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной | 150 | 3,77 | 2 | 10,57 | 79,1 |
| 1 572 | Голубцы ленивые из птицы | 50 | 3,72 | 2,4 | 5,33 | 57,6 |
| 995 | Гречка рассыпчатая | 110 | 2,39 | 3,7 | 16,16 | 107,8 |
| 699,01 | Напиток из сока | 150 | | | 15,89 | 63,7 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 11,1 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| | **Итого за Обед** | 500 | 13,72 | 10,1 | 68,75 | 414,8 |
| | **Полдник** | | | | | |
| 891 | Омлет запеченный или паровой | 80 | 7,5 | 6,9 | 2,6 | 98,5 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 11,1 | 54,8 |
| 1029 | Салат из белокачанной капусты с маслом растительным | 60 | 1,01 | 4,13 | 5,64 | 63,9 |
| 14 539,27 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,4 | 57,4 |
| | **Итого за Полдник** | 340 | 10,65 | 12,03 | 33,74 | 274,6 |
| | **Итого за день** | 1190 | 34,22 | 32 | 152,77 | 1031,8 |

Технолог:

Ознакомлена
И.О. Заведующего детского сада № 95
М.И.Осенних

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А.Широканова
30.10.2026

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

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | | | | |
| 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 |
| 1516,01 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 3,78 | 4 | 12,24 | 98,6 |
| 693 | Батон | 30 | 1,5 | 0,87 | 12,5 | 78,2 |
| | **Итого за Завтрак** | 400 | 11,51 | 11,87 | 56,54 | 390,1 |
| | **Обед** | | | | | |
| 1 240 | Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной | 180 | 4,52 | 3 | 12,68 | 94,9 |
| 1572,02 | Голубцы ленивые из птицы | 70 | 5,2 | 3,5 | 7,46 | 80,68 |
| 995 | Гречка рассыпчатая | 130 | 2,82 | 4 | 19,09 | 127,4 |
| 699,01 | Напиток из сока | 180 | | | 19,06 | 76,4 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 11,1 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| | **Итого за Обед** | 600 | 16,38 | 12,5 | 79,09 | 485,98 |
| | **Полдник** | | | | | |
| 891 | Омлет запеченный или паровой | 120 | 11,3 | 10,4 | 3,91 | 147,76 |
| 1029 | Салат из белокачанной капусты с маслом растительным | 80 | 1,35 | 5,5 | 7,52 | 85,2 |
| 14 539,27 | Чай с сахаром | 180 | | | 14,4 | 57,4 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 11,1 | 54,8 |
| | **Итого за Полдник** | 400 | 14,79 | 16,9 | 36,93 | 345,16 |
| | **Итого за день** | 1400 | 42,68 | 41,27 | 172,56 | 1221,24 |

Технолог:

Ознакомлена
И.О Заведующего детского сада № 95
М.И. Осенних

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А.Широканова
30.10.2026

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

| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***Завтрак*** | | | | | |
| 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 |
| 1516 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 3,78 | 4 | 12,24 | 98,6 |
| 693 | Батон | 30 | 1,5 | 0,87 | 12,5 | 78,2 |
| | **Итого за Завтрак** | 400 | 11,51 | 11,87 | 56,54 | 390,1 |
| | ***Обед*** | | | | | |
| 1 240 | Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной | 180 | 4,52 | 3 | 12,68 | 94,9 |
| 1572,02 | Голубцы ленивые из мяса птицыв соусе | 70 | 5,2 | 3,5 | 7,46 | 80,68 |
| 995 | Гречка рассыпчатая | 130 | 2,82 | 4 | 19,09 | 127,4 |
| 699,01 | Напиток из сока | 180 | | | 19,06 | 76,4 |
| 897 | Хлеб пшеничный | 20 | 2,14 | 1 | 11,1 | 54,8 |
| 1 148 | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 9,7 | 51,8 |
| | **Итого за Обед** | 600 | 16,38 | 12,5 | 79,09 | 485,98 |
| | ***Полдник*** | | | | | |
| 769,12 | Булочка домашняя | 60 | 4,53 | 7,09 | 37,11 | 236,4 |
| 14 539,27 | Чай с сахаром | 200 | | | 16 | 63,8 |
| | **Итого за Полдник** | 260 | 4,53 | 7,09 | 53,11 | 300,2 |
| | **Итого за день** | 1260 | 32,42 | 31,46 | 188,74 | 1176,28 |

Технолог: