

Ознакомлена:
Заведующий детского сада № 95

Н.И. Першина

Детский сад № 95

Утверждено директором
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широканова

"АЗБУКА ПИТАНИЯ"

15.06.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 104 188р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 111,08	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
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
1 579	Печенье сахарное	34	2,55	3	25,3	138,4
Итого за Завтрак		424	13,87	15	78,08	506,4

Обед

124,16	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
466	Биточек из свинины	75	10,56	17	5,89	222,3
824,04	Соус белый основной	50	1,45	2	2,44	36,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
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
Итого за Обед		655	23	29	93,82	734,29

Полдник

1 488	Свекла отварная	50	0,63	2	3,29	36
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
925	Напиток апельсиновый	180	0,12		18,21	74
Итого за Полдник		350	5,06	6	52,85	264,8
Итого за день		1429	41,93	50	224,75	1505,49

Технолог:

Ознакомлена:
Заведующий детского сада № 95

Н.И. Першина

Детский сад № 95

Утверждено директором
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широканова

"АЗБУКА ПИТАНИЯ"

15.06.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	-------------	---------

Завтрак

1 111,08	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
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
1 579	Печенье сахарное	34	2,55	3	25,3	138,4
Итого за Завтрак		424	13,87	15	78,08	506,4

Обед

124,16	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
466	Биточек из свинины	75	10,56	17	5,89	222,3
824,04	Соус белый основной	50	1,45	2	2,44	36,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
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
Итого за Обед		655	23	29	93,82	734,29

Полдник

1 488	Свекла отварная	95	1,2	4	6,25	68,4
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
925	Напиток апельсиновый	180	0,12		18,21	74
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		395	5,63	8	55,81	297,2
Итого за день		1474	42,5	52	227,71	1537,89

Технолог:

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



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



Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

15.06.2026

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод-ы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111,08	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,16	6	21,08	157
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
1 579	Печенье сахарное	17	1,28	2	12,65	69,2
Итого за Завтрак		347	11,09	13	59,2	389
<u>Обед</u>						
124,16	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,14	4	5,48	79,5
466	Биточек из свинины	50	7,04	11	3,93	148,2
824,04	Соус белый основной	30	0,87	1	1,46	21,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,65	3	27,77	160,2
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
Итого за Обед		530	17,77	21	81,44	586,96
<u>Полдник</u>						
1 488	Свекла отварная	50	0,63	2	3,29	36
995	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98
925	Напиток апельсиновый	150	0,1		15,18	61,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		320	5,04	6	49,82	252,5
Итого за день		1197	33,9	40	190,46	1228,46

Технолог: