

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



Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углеводы			ЭЦ ккал
			г	г	г	
Завтрак						
1 507.03	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	180	5,72	7	23,13	173,7
1 259.01	Масло сливочное	10	0,08	7	0,13	66,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 516.01	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	4	12,24	98,6
Итого за Завтрак		400	11,83	19	50,92	417
Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 545	Печень тушеная в сметанном соусе	100	12,73	9	3,64	149,1
1032	Каша гречневая вязкая	130	3,5	4	22,1	148,2
1 547.01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	73,9
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		640	27,64	17	94,08	621,8
Полдник						
1 163.01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	50	0,64	5	7,25	59,7
1 066	Сырники	75	13,52	8	17,04	201,4
903	Соус сладкий из повидла	30	0,04		10,02	39,2
1 577	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		355	21,56	19	58,17	452,5
Итого за день		1395	61,03	55	203,17	1491,3

Технолог:

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



Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углеводы			ЭЦ ккал
			г	г	г	
Завтрак						
1 507.03	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	160	4,76	5	19,28	144,8
1 259.01	Масло сливочное	10	0,08	7	0,13	66,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 516.01	Кофейный напиток с молоком	150	3,15	3	10,2	82,2
Итого за Завтрак		350	10,24	16	45,03	371,7
Обед						
1 049	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 545	Печень тушеная в сметанном соусе	80	10,18	7	2,91	119,3
1032	Каша гречневая вязкая	110	2,96	3	18,7	125,4
1 547.01	Напиток из шиповника	150	0,6		14,93	61,6
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		540	23,51	14	84,26	539,9
Полдник						
1 163.01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	30	0,39	3	4,35	35,8
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
903	Соус сладкий из повидла	30	0,04		10,02	39,2
1 577	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		290	17,74	15	50,66	372,4
Итого за день		1180	51,49	45	179,95	1284

Технолог:

Ознакомлена:
Заведующий детского сада № 95

Н.И. Першина

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

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р

16.06.2026
"АЗБУКА ПИТАНИЯ"

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	Эн- кал
<u>Завтрак</u>						
1 507,03	Каша пшениная жидкая с маслом сливочным	180	5,72	7	23,13	173,7
1 259,01	Масло сливочное	10	0,08	7	0,13	66,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	4	12,24	98,6
Итого за Завтрак		400	11,83	19	50,92	417
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 545	Печень тушеная в сметанном соусе	100	12,73	9	3,64	149,1
1032	Каша гречневая вязкая	130	3,5	4	22,1	148,2
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	73,9
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		640	27,64	17	94,08	621,8
<u>Полдник</u>						
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	30	0,39	3	4,35	35,8
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
903	Соус сладкий из повидла	30	0,04		10,02	39,2
1 577	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
Итого за Полдник		300	16,47	15	35,2	331,5
Итого за день		1340	55,94	51	180,2	1370,3

Технолог: