

Согласовано

Заведующий  
М.А. МейлинаКОПИЯ  
ВЕРНА

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е.А. Широкина



27.04.2026 (понедельник)

**Березовский ДОУ 3-7 л 199,76**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,94	5	29,4	185,4
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>390</b>	<b>8,75</b>	<b>15</b>	<b>51,96</b>	<b>342,6</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>
<b><u>Обед</u></b>						
1 329	Суп овсяный с овощами, сметаной	180	0,19		1,47	8,6
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 191,03	Бигус	180	16,44	16	9,25	247
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	106,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>585</b>	<b>22,23</b>	<b>19</b>	<b>54,02</b>	<b>480,8</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
948	Шаньга со сметаной	50	4,37	3	22,23	104,3
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>200</b>	<b>4,37</b>	<b>3</b>	<b>34,23</b>	<b>152,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 275</b>	<b>35,35</b>	<b>37</b>	<b>151,41</b>	<b>1 044,6</b>

Согласовано

КОПИЯ  
ВЕРНА
 Утверждаю директор  
 ООО "Азбука питания"  
 Е. А. Цириканова


## Березовский ДОУ 3-7 л 199,76

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным	180	8,39	7	40,11	260,6
1 188	Чай с сахаром, 200	180			14,4	57,5
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
<b>Итого за Завтрак</b>		390	9,97	16	62,67	396,1
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		100			11,2	69
<u>Обед</u>						
577,01	Суп Харчо с филе куриным	180	2,58	4	12,15	93,5
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
995	Пюре картофельное	120	2,61	4	17,62	117,6
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		590	20,08	17	78,36	547,7
<u>Полдник</u>						
1 066	Сырники	60	10,82	7	13,63	161,1
1 142	Повидло	10	200		32 500	125 000
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
<b>Итого за Полдник</b>		250	212,05	8	32 528,0	125 240,3
<b>Итого за день</b>		1 330	242,1	41	32 680,2	126 253,1

Согласовано

КОПИЯ  
ВЕРНА

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цириканова



29.04.2026 (среда)

**Березовский ДОУ 3-7 л 199,76**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,47	7	28,61	218,3
854	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2
810	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>390</b>	<b>11,89</b>	<b>11</b>	<b>53,3</b>	<b>386,2</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
976,03	Фрукт (яблоко)	110	0,44		10,78	51,7
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>110</b>	<b>0,44</b>		<b>10,78</b>	<b>51,7</b>
<b><u>Обед</u></b>						
813	Икра кабачковая пром.производства	40	0,48	6	2,96	38,8
1 033	Свекольник со сметаной	180	2,07	2	17,03	98,4
466,05	Тефтели мясные с рисом (ёжики) с соусом	150	12,06	18	21,81	293,2
705,01	Напиток из плодов шиповника с сухофруктами	180	0,29		22	91,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>590</b>	<b>18,74</b>	<b>28</b>	<b>82,2</b>	<b>628,4</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
769,12	Булочка домашняя	60	4,53	7	37,11	236,4
1 188	Чай с сахаром, 200	150			12	47,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>4,53</b>	<b>7</b>	<b>49,11</b>	<b>284,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 300</b>	<b>35,6</b>	<b>46</b>	<b>195,39</b>	<b>1 350,6</b>

Согласовано:

КОПИЯ  
ВЕРНА

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

Е. А. Цириканова

30.04.2026 (четверг)

**Березовский ДОУ 3-7 л 199,76**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b><u>Завтрак</u></b>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	8,06	8	28,52	176,1
1 110,04	Кофейный напиток без молока	180	3,45	4	12,94	136,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	78
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>390</b>	<b>13,09</b>	<b>21</b>	<b>49,62</b>	<b>390,9</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>						
707	Сок натуральный	100			11,2	69
<b>Итого за Завтрак 2</b>		<b>100</b>			<b>11,2</b>	<b>69</b>
<b><u>Обед</u></b>						
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 076	Печень по-строгановски	70	8,82	9	1,82	126
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	3	30,3	174,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>595</b>	<b>20,56</b>	<b>19</b>	<b>79,06</b>	<b>606,1</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
1 192	Пряник (порц.)	30	1,14	1	7,68	48,2
920	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108
<b>Итого за Полдник</b>		<b>210</b>	<b>6,36</b>	<b>7</b>	<b>16,14</b>	<b>156,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 295</b>	<b>40,01</b>	<b>47</b>	<b>156,02</b>	<b>1 222,2</b>