

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 105	Гуляш из курицы	90	19,52	6	3,45	146,5
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,92	5	35,96	220,4
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
	<b>Итого за Обед</b>	715	38,99	14	124,1	801,2
	<b>Итого за день</b>	715	38,99	14	124,1	801,2

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

*[Signature]*



## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118
1 070,01	Рыба тушеная с овощами	90	10,37	6	4,8	124,3
512	Рис припущенный	150	3,35	5	35,01	220,5
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>21,85</b>	<b>18</b>	<b>95,92</b>	<b>674,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>700</b>	<b>21,85</b>	<b>18</b>	<b>95,92</b>	<b>674,2</b>



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	125,3
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	15,6	5	3,23	119
995	Пюре картофельное	75	1,65	3	11,04	73,8
999	Капуста тушеная	75	1,79	3	7,12	64
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73	105,2
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>27,83</b>	<b>22</b>	<b>87,53</b>	<b>664,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>740</b>	<b>27,83</b>	<b>22</b>	<b>87,53</b>	<b>664,3</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

*[Signature]*



(четверг)

## Березовский ШУ обед 1-4 96,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,38	5	13,14	109,6
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22	3,49	247,5
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	6	39,35	240,8
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>740</b>	<b>26,78</b>	<b>37</b>	<b>107,68</b>	<b>870,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>740</b>	<b>26,78</b>	<b>37</b>	<b>107,68</b>	<b>870,4</b>



Согласовано.



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4
943	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60
1 105	Гуляш из курицы	100	21,68	7	3,83	162,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	6	43,16	264,5
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
	<b>Итого за Обед</b>	805	43,87	16	136,21	888,7
	<b>Итого за день</b>	805	43,87	16	136,21	888,7

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



## Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<i>Обед</i>						
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5
1 070,01	Рыба тушеная с овощами	100	11,52	6	5,33	138,1
512	Рис припущенный	180	4,01	5	42,01	264,6
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		790	24,42	19	106,92	761,6
<b>Итого за день</b>		790	24,42	19	106,92	761,6

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



13.09.2023 (среда)

## Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
817	Маринад овощной	60	0,57	6	4,97	76,8
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	156,6
1 296	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	17,33	5	3,59	132,2
995	Пюре картофельное	90	1,98	3	13,25	88,6
999	Капуста тушеная	90	2,15	4	8,54	76,8
925	Напиток апельсиновый или	200	0,2		25,73	105,2
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
	<b>Итого за Обед</b>	830	31,43	25	95,82	736,4
	<b>Итого за день</b>	830	31,43	25	95,82	736,4



Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"



14.09.2023 (четверг)

## Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Обед</b>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	13,35	25	3,88	275
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,06	7	47,22	289
928	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7
897	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>830</b>	<b>30,21</b>	<b>43</b>	<b>119,23</b>	<b>973,5</b>
<b>Итого за день</b>		<b>830</b>	<b>30,21</b>	<b>43</b>	<b>119,23</b>	<b>973,5</b>

Согласовано:



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"

*[Signature]*



С.И. Герасимов  
Директор

15.09.2023 (пятница)

## Березовский ШУ обед 5-11 106,6 р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Обед</u>						
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,55	5	15,75	158
1 085,01	Тефтели из мяса птицы с рисом	90	15,26	13	12,35	229,3
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
995	Пюре картофельное	180	3,95	6	26,51	177,2
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897	Хлеб пшеничный	30	2,43		14,64	72,6
1 148	Хлеб ржаной	30	2,55	1	12,75	77,7
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>30,01</b>	<b>26</b>	<b>102,22</b>	<b>804,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>800</b>	<b>30,01</b>	<b>26</b>	<b>102,22</b>	<b>804,3</b>