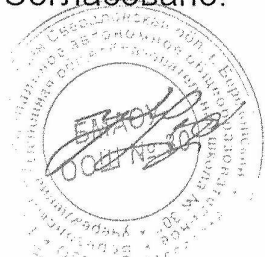


Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

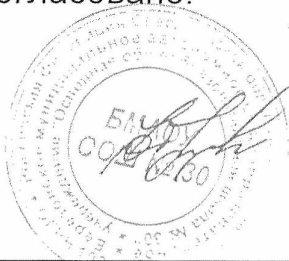


23.10.2023 (подпись)

Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	6,05	9	28,52	220,3
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	35	4,1	5	10,6	101,6
Итого за Завтрак		435	11,51	16	56,3	410
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
1 049	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3
943	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 081	Котлета из свинины Детская	70	3,29	6	8,76	104,5
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
1 032	Каша гречневая вязкая*	130	3,5	4	18,03	148,2
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		665	20,09	15	101,47	653,3
<u>Полдник</u>						
1 003	Макаронные изделия отварные с сыром	150	5,39	4	32,78	192,3
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
Итого за Полдник		370	7,09	5	57,25	307,9
Итого за день		1 570	38,69	36	226,22	1 418,7

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"



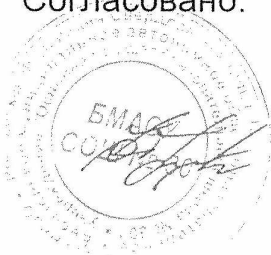
А.С. Сергало

24.10.2023 (вторник)

Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
235,05	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,79	7	55,95	254,3
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
810	Бутерброд с сыром	35	5,83	4	19,15	137,4
Итого за Завтрак		435	17,49	15	95,18	581,7
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
14 519	Салат из белокочанной капусты с	40	1,02	3	3,98	42,7
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	10,79	92,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028,04	Котлета рыбная Солнышко	70	10,74	7	8,27	138,5
995	Пюре картофельное	120	2,64	4	17,67	118,1
705	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		23,07	108,6
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		665	22,22	21	86,65	637,4
<u>Полдник</u>						
1 188	Чай с сахаром	150			11,98	47,9
1 073	Пудинг творожно-манный	80	11,98	7	12,77	189,6
904	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7
Итого за Полдник		250	12,38	8	27,44	259,2
Итого за день		1 450	52,09	44	220,47	1 525,8

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"



25.10.2023 (среда)

Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	200	4,2	8	26,2	240
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,19	7	14,48	132,2
Итого за Завтрак		435	10,23	19	55,06	524,2
<u>Завтрак 2</u>						
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак 2		100	0,4		9,8	47
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	40	0,37	2	2,44	31,9
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	2,73	5	12,49	106,2
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 076,01	Печень, тушеная в сметанном соусе	100	15,82	10	5,31	177,4
512	Рис припущенный	130	2,9	4	30,34	191,1
397	Кисель из сухофруктов	180	0,25		33,55	136,5
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		685	27,37	23	107	780,2
<u>Полдник</u>						
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
948	Шаньга со сметаной	60	5,24	3	26,67	125,2
Итого за Полдник		260	11,04	8	34,67	231,2
Итого за день		1 480	49,04	50	206,53	1 582,6

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

**Березовский ДОУ 3-7 л 180,04**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,8	9	31,8	240
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
Итого за Завтрак		420	11,71	16	59,37	435,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
820	Салат из отварной свеклы	40	0,59	2	3,46	32
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	180	4	4	11,34	113,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	70	14,72	15	11,3	203,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
518	Картофель отварной	100	2,02	4	16,2	110
912	Компот из свежих яблок	180	0,14		21,49	89,2
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		645	27,19	28	88,09	703,6
<u>Полдник</u>						
961	Омлет с капустой	80	6,09	12	2,75	142,9
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Полдник		280	7,79	13	25,62	252,2
Итого за день		1 445	46,69	57	184,28	1 438,6

Согласовано.



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"



27.10.2023 (пятница)

Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
869	Каша (гречневая, геркулес) молочная жидкая с маслом сливочным	200	3,4	5	20,07	140,3
483	Чай с лимоном	180	0,08		18,23	71,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,19	7	14,48	132,2
Итого за Завтрак		415	5,67	12	52,78	344,3
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	40	0,7	2	3,96	37,7
1 152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 063	Тефтели рыбные.	70	8,86	4	9,2	109,5
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,73	4	28,77	176,3
925	Напиток апельсиновый или	180	0,18		23,16	94,7
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1 147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		685	23,54	16	105,93	684,2
<u>Полдник</u>						
678,01	Бисквит яблочный	60	3,02	5	16,67	104,5
920	Молоко кипяченое*	200	5,8	6	9,4	120
Итого за Полдник		260	8,82	11	26,07	224,5
Итого за день		1 460	38,03	39	195,98	1 300,5