

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

**Березовский ДОУ 3-7 л 180,04**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭП ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,79	3	28,83	214,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
810	Бутерброд с сыром	35	5,83	4	19,15	137,4
Итого за Завтрак		395	12,85	8	63,44	430,8
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
814	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,83	23,9
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,11	5	15,01	118,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 028	Колбаска витаминная	70	15,55	4	5,05	168
1 126	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1
998	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,04	5	31,48	192,6
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		675	29,54	19	98,89	740,8
<u>Полдник</u>						
914	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
770	Булочка дорожная.	50	3,68	9	28,79	157,4
Итого за Полдник		230	8,9	14	35,99	252,8
Итого за день		1 400	51,29	41	209,52	1 471,9

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"

02.11.2023 (четверг)

Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭШ ккал
<u>Завтрак</u>						
1153	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,29	4	20	127,8
919	Какао с молоком	180	3,48	3	18,07	171
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,68	6	12,11	116,1
Итого за Завтрак		400	11,45	13	50,18	414,9
<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>						
1029	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	40	0,68	3	3,76	42,6
1152	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200	3,35	3	16,54	110,7
1052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
910	Запеканка картофельная с печенью*	180	14,69	9	31,78	290,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	25	0,53	1	1,78	22,8
928	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1
894,01	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5
1147	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	10,63	64,8
Итого за Обед		680	24,96	18	101,47	707,6
<u>Полдник</u>						
941	Сдоба обыкновенная	60	5,68	3	35,49	177,7
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
Итого за Полдник		240	6,91	4	50,95	256,9
Итого за день		1420	43,72	35	212,4	1426,4

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"

**Березовский ДОУ 3-7 л 180,04**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	180	5,22	8	28,62	216
1 188	Чай с сахаром	180			14,37	57,5
1 046	Бутерброд с повидлом	35	1,87	1	12,76	98,9
Итого за Завтрак		395	7,09	9	55,75	372,4
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	40	0,96	3	3,88	45,1
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,65	5	8,08	84,3
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 060	Шницель из птицы	70	11,14	5	10,75	177,4
995	Пюре картофельное	130	2,85	4	19,14	128
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		675	22,08	19	87,88	666,6
<u>Полдник</u>						
1 143	Сырники с творогом и морковью	70	10,61	9	15,83	187
904	Соус молочный (сладкий)	25	0,5	1	3,36	27,2
854	Чай с молоком	180	1,23	1	15,46	79,2
Итого за Полдник		275	12,34	11	34,65	293,4
Итого за день		1 445	41,51	39	189,48	1 379,9

Согласовано:



Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"



07.11.2023 (вторник)

Березовский ДОУ 3-7 л 180,04

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	5,79	3	28,83	214,2
1 110	Кофейный напиток с молоком	180	3,45	4	12,94	136,8
810	Бутерброд с сыром	35	5,83	4	19,15	137,4
Итого за Завтрак		395	15,07	11	60,92	488,4
<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	30	0,44	1	2,6	24
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,49	4	7,28	75,9
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,14	1	0,04	11,8
1 086	Котлета рыбная запеченная с маслом	70	7,57	5	5,06	100,8
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		635	18,05	16	78,55	564,5
<u>Полдник</u>						
1 182	Манник	60	4,01	5	37	207,1
920	Молоко кипяченое*	180	5,22	6	8,46	108
Итого за Полдник		240	9,23	11	45,46	315,1
Итого за день		1 370	42,35	38	196,13	1 415,5