

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3  
*И.А. Широкая И.А.*

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широканова  
03.04.2026

Каменск-Уральский Яс 1-3г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,16	6	21,08	157
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	150	2,4	4	10,05	84,2
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		350	9,85	11	53,05	344,8
<b>Обед</b>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	150	3,77	2	10,57	79,1
1 572	Голубцы ленивые из птицы	160	11,89	8	17,06	184,4
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,23	0	16,44	68,66
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		500	19,73	12	70,43	440,76
<b>Полдник</b>						
891	Омлет запеченный или паровой	80	8,06	9	2,61	122,1
1003	Салат из отварного картофеля, моркови с маслом раст.	30	0,52	3	4,86	49,1
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		340	14,72	15	61,07	413,1
<b>Итого за день</b>		1190	44,3	38	184,55	1198,66

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3  
*И.А. Широкая И.А.*

Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широканова  
03.04.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		400	11,36	12	59,28	393
<b>Обед</b>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые из птицы	210	15,61	10	22,39	242,1
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		610	24,25	15	81,16	527,99
<b>Полдник</b>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	11	3,26	152,6
819,02	Горошек зеленый консервированный	30	0,89	2	11,87	25
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
<b>Итого за Полдник</b>		390	17,11	16	71,13	429
<b>Итого за день</b>		1400	52,72	43	211,57	1349,99

Технолог: