

Согласовано:
Заведующий Детского сада № 3

Утверждаю:
ООО "Азбука Питания"
Е.Д. Широканова

09.02.2026 (понедельник)

Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ ккал	№ Рец.
Завтрак ДОУ 1-3 л. 12 ч.						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,30	5,00	20,29	142,50	257
Сыр (порциями)	10	2,69	3,00		36,30	97
Чай с молоком	160	1	1	12,80	70,40	413
Печенье детское	17	1,13	1,00	8,50	61,10	386
Итого за завтрак:	337	9,21	10	41,59	310,3	
Обед ДОУ 1-3 л. 12 ч.						
Салат из отварной моркови с яблоками «Нежный»	30	0,41	5,00	2,17	52,60	818,05
Суп-пюре из гороха	150	4,63	2,00	13,55	85,00	1049
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,30		7,81	40,00	943
Биточки паровые	60	8,19	14,00	5,52	181,90	306
Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,07	3,00	30,30	174,80	332
Напиток из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,30	394
Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	9,70	51,80	897
Хлеб пшеничный	20	2,14	1,00	16,66	56,80	1148
Итого за обед:	560	23,7	26	103,98	719,2	
Полдник ДОУ 1-3 л. 12 ч.						
Пюре картофельное	100	14,7	2,17	3,4	164,2	312
Икра овощная морковная	30	0,3	1,7	4,3	23,8	23,9
Какао с молоком	160	5,09	6,00	18,07	171,00	171
Хлеб ржаной	20	2,14	1,00	16,66	56,80	51,8
Итого за полдник:	310	22,23	10,87	42,43	415,8	
Итого за день:	647	31,44	20,87	84,02	726,1	

Технолог

Согласовано:
Заведующий Детского сада № 3

Утверждаю:
ООО "Азбука Питания"
Е.Д. Широканова

09.02.2026 (понедельник)

Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ ккал	№ Рец.
Завтрак ДОУ 3-7 л. 12 ч.						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	6,30	6,30	24,35	228,6	257
Сыр (порциями)	10	2,69	3,00		36,30	97
Чай с молоком	160	1	1	14,40	79,20	413
Печенье детское	34	2,25	3,00	17,00	122,10	693
Итого за завтрак:	404	12,65	13,30	55,75	466,2	
Обед ДОУ 3-7 л. 12 ч.						
Салат из отварной моркови с яблоками «Нежный»	50	0,69	8,00	3,61	87,70	818,05
Суп-пюре из гороха	180	5,55	2,00	16,26	102,00	1049
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,30		7,81	40,00	943
Биточки паровые	70	9,56	16,00	6,44	212,20	306
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,50	4,00	32,82	189,30	332
Напиток из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,50	394
Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	9,70	51,80	1148
Хлеб пшеничный	20	2,14	1,00	16,66	56,80	897
Итого за обед:	660	26,75	32,00	115,22	831,3	
Полдник ДОУ 3-7 л. 12 ч.						
Пюре картофельное	100	14,7	2,17	3,4	164,2	312
Икра овощная морковная	50	0,5	2,9	7,2	39,8	75
Какао с молоком	200	5,65	7,00	20,08	190,00	919
Хлеб пшеничный	20	2,14	1,00	16,66	56,80	897
Итого за полдник:	370	22,99	13,07	47,34	450,8	
Итого за день:	1434	62,39	58,37	218,31	1748,3	

Технолог