

Согласовано:

Заведующий детского сада № 3

И.И. Мухомова

Детский сад № 3

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широконова
12.08.2026
"АЗБУКА ПИТАНИЯ"

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 153,03	Суп молочный с крупой	180	8,86	8	37,53	264,7
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
686,03	Чай с лимоном	180			8,91	34,5
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		400	13,8	12	61,86	414,1
Обед						
124,16	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	180	1,37	4	6,58	95,4
1 196,03	Запеканка рисовая с мясом птицы	180	15,5	16	26,8	317,6
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
932,01	Компот из изюма	180	0,42	0	9,12	95,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
Итого за Обед		620	22,62	24	70,88	666,1
Полдник						
1 522	Винегрет овощной	60	0,82	4	5,06	56,9
1 011,05	Макаронные изделия отварные с овощами с маслом растительным	130	4,49	8	25,97	192,3
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Полдник		490	7,85	13	66,33	434,7
Итого за день		1510	44,27	49	199,07	1514,9

Технолог:

Согласовано:

Заведующий детского сада № 3

И.И. Мухомова

Детский сад № 3

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широконова
12.08.2026
"АЗБУКА ПИТАНИЯ"

Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 153,03	Суп молочный с крупой	160	7,38	7	31,28	220,5
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
686,03	Чай с лимоном	150			7,43	28,7
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		350	12,32	11	54,13	364,1
Обед						
124,16	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,14	4	5,48	79,5
1 196,03	Запеканка рисовая с мясом птицы	150	12,92	13	22,33	264,7
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
932,01	Компот из изюма	150	0,35	0	7,6	79,5
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
Итого за Обед		530	19,74	21	63,79	581,4
Полдник						
1 522	Винегрет овощной	50	0,82	3	4,22	47,4
1 011,05	Макаронные изделия отварные с овощами с маслом растительным	100	3,45	6	19,98	147,9
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Полдник		420	6,81	10	57,1	371,3
Итого за день		1300	38,87	42	175,02	1316,8

Технолог:

Согласовано:

Заведующий детского сада № 3

Утверждено директором
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широкалова
18.08.2026
225 руб

Белки	Жиры	Углебо-	ЭЦ ккал
г	г	г	

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
----------------	--------------------	---------	------------	-----------	-----------------	---------

Завтрак

1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,8	4	0,28	62,8
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
Итого за Завтрак		430	16,12	16	53,06	430,8

Итого за Завтрак

Обед

1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	4,38	4,4	12,2	110
1071	Рагу из птицы	170	15,24	7	16,4	208,3
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,28	0	19,73	82,39
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		600	24,81	13,4	74,69	534,69

Полдник

518	Картофель отварной	100	0,3	2	2,43	143,2
1 107	Биточек рыбный	60	7,95	6	9,54	120,7
1 798	Кисель с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и	180			21,6	85,5
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
	Итого за Полдник	360	10,39	9	44,67	404,2
	Итого за день	1390	51,32	38,4	172,42	1369,69

Технология

Согласовано:

Заведующий детского сада № 3

З 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
-------------	--------------------	---------	---------	--------	------------	---------

Завтрак

1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5,16	6	21,08	157
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,8	4	0,28	62,8
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
Итого за Завтрак		370	14,61	15	46,83	382,6

Обед

1 015	Суп-лапша на курином бульоне	150	3,29	4	9,18	82,5
1071	Рагу из птицы	170	15,24	7	16,4	208,3
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,23	0	16,44	68,66
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		520	23,67	13	68,38	493,46

Полдник

518	Картофель отварной	100	0,3	2	2,43	143,2
1 107	Биточек рыбный	60	7,95	6	9,54	120,7
699,01	Напиток из сока	150			15,89	63,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Полдник		330	10,39	9	38,96	382,4
Итого за день		1220	48,67	37	154,17	1258,46

Технолог: