

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3  
*И.И. Мухоморова*

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широкайнова

# Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

| № рецептуры      | Наименование блюда                     | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                        |         |         |        |            |         |
| 1 507,03         | Каша пшенная жидкая с маслом сливочным | 180     | 5,72    | 7      | 23,13      | 173,7   |
| 1 259,01         | Масло сливочное                        | 10      | 0,08    | 7      | 0,13       | 66,1    |
| 1 585            | Батон                                  | 30      | 2,25    | 1      | 15,42      | 78,6    |
| 1 516,01         | Кофейный напиток с молоком             | 180     | 3,78    | 4      | 12,24      | 98,6    |
| Итого за Завтрак |                                        | 400     | 11,83   | 19     | 50,92      | 417     |

|               |                                  |     |       |    |       |       |
|---------------|----------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| <b>Обед</b>   |                                  |     |       |    |       |       |
| 1 049         | Суп-пюре из гороха               | 180 | 5,55  | 2  | 16,26 | 102   |
| 943           | Гренки из пшеничного хлеба       | 10  | 1,3   |    | 7,81  | 40    |
| 1 545         | Печень тушеная в сметанном соусе | 80  | 10,18 | 7  | 2,91  | 119,3 |
| 1032          | Каша гречневая вязкая            | 130 | 3,5   | 4  | 22,1  | 148,2 |
| 1 547,01      | Напиток из шиповника             | 180 | 0,72  |    | 17,91 | 73,9  |
| 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 |                                  | 630 | 26,16 | 15 | 93,35 | 617,4 |

|                  |                                                 |      |       |    |        |        |
|------------------|-------------------------------------------------|------|-------|----|--------|--------|
| <b>Полдник</b>   |                                                 |      |       |    |        |        |
| 1 163,01         | Салат из моркови с изюмом и растительным маслом | 50   | 0,64  | 5  | 7,25   | 59,7   |
| 1 066            | Сырники                                         | 75   | 13,52 | 8  | 17,04  | 201,4  |
| 903              | Соус сладкий из повидла                         | 30   | 0,04  |    | 10,02  | 39,2   |
| 1 577            | Кисломолочный продукт                           | 180  | 5,22  | 5  | 7,2    | 95,4   |
| 897              | Хлеб пшеничный                                  | 20   | 2,14  | 1  | 11,1   | 54,8   |
| Итого за Полдник |                                                 | 355  | 21,56 | 19 | 52,61  | 450,5  |
| Итого за день    |                                                 | 1385 | 59,55 | 53 | 196,88 | 1484,9 |

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3  
*И.И. Мухоморова*

Утверждаю директор

ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широкайнова

# Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

| № рецептуры      | Наименование блюда                     | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|------------------|----------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   |                                        |         |         |        |            |         |
| 1 507,03         | Каша пшенная жидкая с маслом сливочным | 160     | 4,76    | 6      | 19,28      | 144,8   |
| 1 259,01         | Масло сливочное                        | 10      | 0,08    | 7      | 0,13       | 66,1    |
| 1 585            | Батон                                  | 30      | 2,25    | 1      | 15,42      | 78,6    |
| 1 516,01         | Кофейный напиток с молоком             | 150     | 3,15    | 3      | 10,2       | 82,2    |
| Итого за Завтрак |                                        | 350     | 10,24   | 17     | 45,03      | 371,7   |

|               |                                  |     |       |    |       |       |
|---------------|----------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| <b>Обед</b>   |                                  |     |       |    |       |       |
| 1 049         | Суп-пюре из гороха               | 150 | 4,63  | 2  | 13,55 | 85    |
| 943           | Гренки из пшеничного хлеба       | 10  | 1,3   |    | 7,81  | 40    |
| 1 545         | Печень тушеная в сметанном соусе | 80  | 10,18 | 7  | 2,91  | 119,3 |
| 1032          | Каша гречневая вязкая            | 110 | 2,96  | 3  | 18,7  | 125,4 |
| 1 547,01      | Напиток из шиповника             | 150 | 0,6   |    | 14,93 | 61,6  |
| 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 |                                  | 550 | 24,58 | 14 | 84,26 | 565,3 |

|                  |                                                 |      |       |    |        |        |
|------------------|-------------------------------------------------|------|-------|----|--------|--------|
| <b>Полдник</b>   |                                                 |      |       |    |        |        |
| 1 163,01         | Салат из моркови с изюмом и растительным маслом | 30   | 0,39  | 3  | 4,35   | 35,8   |
| 1 066            | Сырники                                         | 60   | 10,82 | 7  | 13,63  | 161,1  |
| 903              | Соус сладкий из повидла                         | 30   | 0,04  |    | 10,02  | 39,2   |
| 1 577            | Кисломолочный продукт                           | 150  | 4,35  | 4  | 6      | 79,5   |
| 897              | Хлеб пшеничный                                  | 20   | 2,14  | 1  | 11,1   | 54,8   |
| Итого за Полдник |                                                 | 290  | 17,74 | 15 | 45,1   | 370,4  |
| Итого за день    |                                                 | 1190 | 52,56 | 46 | 174,39 | 1307,4 |

Технолог: