


Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широканова  
18.06.2026



**Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб**

| № 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         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | <b>430</b> | <b>16,12</b> | <b>16</b> | <b>53,06</b> | <b>430,8</b> |

**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          |
| <b>Итого за Обед</b> |                              | <b>600</b> | <b>24,81</b> | <b>13,4</b> | <b>74,69</b> | <b>534,69</b> |

**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           |
| <b>Итого за Полдник</b> |   | <b>360</b>  | <b>10,39</b> | <b>9</b>    | <b>44,67</b>  | <b>404,2</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |   | <b>1390</b> | <b>51,32</b> | <b>38,4</b> | <b>172,42</b> | <b>1369,69</b> |

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широканова  
18.06.2026



**Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб**

| № 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 | 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         |
| <b>Итого за Завтрак</b> |  | <b>370</b> | <b>14,61</b> | <b>15</b> | <b>46,83</b> | <b>382,6</b> |

**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          |
| <b>Итого за Обед</b> |                              | <b>520</b> | <b>23,67</b> | <b>13</b> | <b>68,38</b> | <b>493,46</b> |

**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           |
| <b>Итого за Полдник</b> |                    | <b>330</b>  | <b>10,39</b> | <b>9</b>  | <b>38,96</b>  | <b>382,4</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |                    | <b>1220</b> | <b>48,67</b> | <b>37</b> | <b>154,17</b> | <b>1258,46</b> |

Технолог:

