

Согласовано:
Заведующий детского сада № 3

Утверждаю: директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широкайова
19.03.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111,13	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,93	8	27,81	209,7
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 508,02	Какао с молоком	180	3,68	4	15,35	105,9
Итого за Завтрак		400	15,55	16	58,58	430,5
<u>Обед</u>						
1 021,21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	89,6
1 216	Макаронник с мясом птицы	200	23,43	10	39,64	345,7
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
699,01	Напиток из сока	180			19,06	76,4
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		650	29,34	20	98,28	659,8
<u>Полдник</u>						
265	Рыба запеченная в молочном соусе	100	19,26	14	4,63	221,3
995,14	Пюре "Розовое"	100	2,17	3	14,69	98
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Полдник		500	23,97	18	60,18	506,8
Итого за день		1550	68,86	54	217,04	1597,1

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 3

Утверждаю директор
ООО "Набука-Литания"
Е.А. Широкова
19.03.2026

Каменск-Уральский Яс 1-3

рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 111,13	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	160	6,16	7	24,72	186,4
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 508,02	Какао с молоком	150	3,07	3	12,79	88,3
Итого за Завтрак		350	14,17	14	52,93	389,6
<u>Обед</u>						
1 021,21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,14	4	8,21	74,7
1 216	Макаронник с мясом птицы	170	19,92	9	33,69	293,8
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
699,01	Напиток из сока	150			15,89	63,7
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		540	25,32	17	86,17	564,5
<u>Полдник</u>						
265	Рыба запеченная в молочном соусе	70	13,48	10	3,24	154,9
995,14	Пюре "Розовое"	80	1,74	3	11,75	78,4
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
976	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	73,3
Итого за Полдник		420	17,76	14	53,45	411,3
Итого за день		1310	57,25	45	192,55	1365,4

Технолог: