

Согласовано:
Заведующий детского сада № 3
М.И. Сидорова
Детский сад № 3
Инн 6612000410

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широкалова
"АЗБУКА ПИТАНИЯ"
19.05.2026
Инн 6671048749

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 507,03	Каша пшеничная 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
Обед						
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	100	12,73	9	3,64	149,1
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		650	28,71	17	94,08	647,2
Полдник						
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		1405	62,1	55	197,61	1514,7

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 3
М.И. Сидорова
Детский сад № 3
Инн 6612000410

Утверждаю директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широкалова
"АЗБУКА ПИТАНИЯ"
19.05.2026
Инн 6671048749

Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 507,03	Каша пшеничная 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
Обед						
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
Полдник						
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

Согласовано:
Заведующий детского сада № 3



Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углево-			ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
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	50	0,7	3	3,37	39,5
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		640	22,9	25	72,23	681,9
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		1530	44,55	50	200,42	1530,7

Технолог:

Согласовано:
Заведующий детского сада № 3



Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки Жиры Углево-			ЭЦ ккал
			г	г	ды г	
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	0,68	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	6,67	10	57,1	371,3