

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широкая



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

26.06.2026

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,16	2,1	21,08	157
1 142	Повидло	10	0,04			25
1 577	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>11,8</b>	<b>11</b>	<b>49</b>	<b>340,1</b>
<b>Обед</b>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	150	3,77	2	10,57	79,1
1 572	Голубцы ленивые из птицы	160	11,89	8	17,06	184,4
699,01	Напиток из сока	150			15,89	63,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6
<b>Итого за Обед</b>		<b>530</b>	<b>22,27</b>	<b>12</b>	<b>79,58</b>	<b>513</b>
<b>Полдник</b>						
891	Омлет запеченный или паровой	110	10,35	10	3,59	167,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
<b>Итого за Полдник</b>		<b>340</b>	<b>16,49</b>	<b>13</b>	<b>51,63</b>	<b>407,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1220</b>	<b>50,56</b>	<b>36</b>	<b>180,21</b>	<b>1260,9</b>

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



Утверждаю директор  
ООО "Азбука питания"  
Е.А. Широкая



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

26.06.2026

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 577	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>13,7</b>	<b>13</b>	<b>54,42</b>	<b>387,3</b>
<b>Обед</b>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые из птицы	190	14,12	9	20,26	219
699,01	Напиток из сока	180			19,06	76,4
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>23,55</b>	<b>14</b>	<b>78,36</b>	<b>524,3</b>
<b>Полдник</b>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	10	3,26	152,6
819,02	Горошек зеленый отварной	30	0,89	2	11,87	25
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>390</b>	<b>17,11</b>	<b>15</b>	<b>65,57</b>	<b>427</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1390</b>	<b>54,36</b>	<b>42</b>	<b>198,35</b>	<b>1338,6</b>

Технолог: